1/06 € 1,50

Grill Zeit

DAS MAGAZIN FÜR GRILLAMATEURE

Ihr Gratis Exemplar



King Size
Keine Angst vor großen Braten

Gas oder Kohle
Die beste Entscheidung

Marinaden für Spontane
Convenience in der Praxis

Praxis-Tipps vom Barbecue-Weltmeister • Grillen mit Käse • Gesund grillen
Das Austro-Lamm • Perfekte Koteletts • American Steaks • Gartenmöbel-Trends



Frisch vom Land! – unterstreicht die Qualität von Käse mit dem AMA-Gütesiegel.
Frische Lebensmittel zeichnet vor allem die Nähe vom Produzenten zum Konsumenten aus.
Hochwertiger Käse gelingt nur mit absolut frischer und bester Milch.

Inhalt

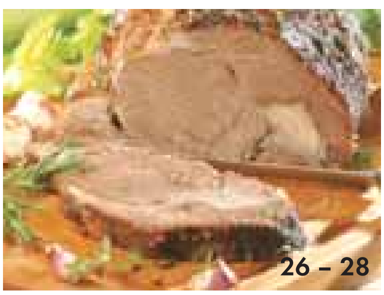




Kulinarik mit Grünblick
Lebensgefühl Grillen



Hot stuff
Kohlen holen



Keine Angst vor großen Braten
King Size



Die BBQ-Sommeliers
Grillen macht durstig

www.ama-grillclub.at

AMA GRILLCLUB

JETZT

1. Preis
Gasgriller Weber Q 300



samt komplettem Zubehör, wie abgebildet, im Gesamtwert von € 700,–

2. Preis
Gasgriller Weber Q 220

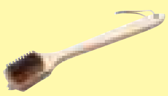


samt komplettem Zubehör, wie abgebildet, im Gesamtwert von € 580,–







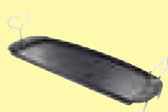


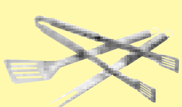




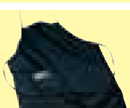












3. Preis
Holzkohlengriller Weber One Touch Gold Limited



samt komplettem Zubehör, im Gesamtwert von € 530,–

5. Preis
Gasgriller Weber Q 120



samt komplettem Zubehör, im Gesamtwert von € 445,–

6. Preis
Holzkohlengriller Weber One Touch Silver Limited



samt komplettem Zubehör, im Gesamtwert von € 440,–

MITGLIED WERDEN UND GEWINNEN!

4. Preis wetterfeste Geflechtliege „La Paz“ von Blaha



im Wert von € 500,–





7. bis 16. Preis

Weber Style Digitalthermometer



im Wert von ca. € 60,–

17. bis 36. Preis

Weber Picknick-Rucksack
im Wert von ca. € 50,–





37. bis 46. Preis

Weber Anzünd-Starterset
im Wert von ca. € 30,–

47. bis 56. Preis

24 Stiegl Goldbräu 0,33er
im Wert von ca. € 16,–





57. bis 77. Preis:

Grill-Anzünder von Fauch/Husch im Wert von ca. € 8

Ihre Club-Vorteile

- ✓ Exklusive Grill-Artikel für Clubmitglieder
- ✓ Neue Produkte kostenlos testen
- ✓ Günstige Einkaufskonditionen
- ✓ Spezielle Grillkurse
- ✓ Exklusive Clubreisen
- ✓ Gratis-Abo der „GrillZeit“ (3x jährlich)
- ✓ Clubnews mit aktuellen Informationen.
- ✓ Erfahrungsaustausch im Internet-Forum
- ✓ Profis beantworten Ihre Grill-Fragen
- ✓ Kein Mitgliedsbeitrag, keine Verpflichtungen

Einfach anmelden per Postkarte an (auf der Flappe dieses Heftes) oder unter www.ama-grillclub.at, bzw. per Email grillclub@ama.gv.at oder per Fax 01/33151-498

Einsendeschluss: 31. 8. 2006

Die Ziehung des Gewinnes erfolgt unter Ausschluss des Rechtsweges. Eine Barablöse ist nicht möglich. Die Gewinner werden schriftlich verständigt.



Kulinarik mit Grünblick

Lebensgefühl Grillen



Nicole Hoffmann



Brigitte Rechberger



Mag. Kiki Sabitzer

„G“ wie Grillen bedeutet auch „G“ wie gutes Essen, wie Geselligkeit, wie Garten, wie Gaudi und Gesundheit. All diese positiven G-fühle verbindet der Österreicher vollkommen zu Recht mit der Freiluft-Kulinarik. Denn wer röstet, der rastet – und erholt sich bei diesem Kontrastprogramm vom an sich immer rastloseren Alltag.
Doppelt so viel Freude macht die Sache natürlich, wenn das Grillen besonders gut gelingt. Dass dies nach der Lektüre dieses neuen Magazins der Fall ist, können wir Ihnen jetzt schon garantieren. Denn wir haben mit der Agrarmarkt Austria Marketing GesmbH. einen kompetenten Partner gefunden, der uns ermöglicht, die besten Experten des Landes einzuladen, Ihnen ihre Tipps mit an den Grill zu geben. Und ein auflagenstarkes Magazin ganz speziell zum Thema Grillen zu realisieren, das einzigartig im deutschen Sprachraum ist.

Dazu kommt ein Team von erfahrenen Food-Redakteuren, die dafür Sorge tragen, daß alle Informationen und Rezepte unkompliziert und einfach nachvollziehbar sind. Denn Sie sollen vom Know-how der Profis profitieren, ohne sich das Leben damit schwerer zu machen. Ganz im Gegenteil werden Sie sehen, dass Sie noch mehr Spaß, Genuss und Entspannung finden werden.

Vorteilhaft für Sie ist aber auch die Mitgliedschaft im „AMA GrillClub“, für den die „GrillZeit“ Plattform und Partner ist. Denn die zahlreichen Vergünstigungen und Informationen des Clubs stehen Ihnen völlig kostenlos und unverbindlich zur Verfügung. Nicht zuletzt erhalten Sie auch Ihr Exemplar der „GrillZeit“, die künftig mehrmals im Jahr erscheinen wird, pünktlich per Post.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen eine schöne Zeit beim Grillen

Ihr GrillZeit-Team



Dr. Klaus P. Postmann



DI Ernst Schreiner



Michael Schubert

Impressum • Herausgeber: PRODUKT-Verlag, Michael Schubert • Redaktion: Nicole Hoffmann, Brigitte Rechberger, Kiki Sabitzer, Michael Schubert • Produktion: produktiv KEG • Alle: A-2102 Bisamberg, Hagenbrunner Straße 16 • Tel.: 0043/2262/71746-0, email: redaktion@produkt.at, Fax: DW 30, ISDN: 0043/2262/74847, FTP: ftp.produkt.at. • Druck: Manz Crossmedia GmbH & Co KG • Grafik: Katharina Biber, Christa Binder • Bildbearbeitung: Rudolf Koch



Willkommen im Club

Grillen! Damit verbindet man Spaß, Freude und Genuss!
Und der AMA-Grillclub soll die erste Informations-Adresse in Sachen Grillen und Barbecue werden. Als Serviceorganisation für hochwertige Lebensmittel haben wir alles daran gesetzt, die besten Fachleute zum Thema zu finden, die künftig ihr Wissen und ihre Ideen an Sie weitergeben.
Der AMA-Grillclub stellt eine Plattform für all diejenigen dar, die ihr Grillgeschick verbessern wollen, neue Ideen und Trends aufgreifen möchten oder vielleicht auch Kontakte und Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten suchen.
Das Leistungsangebot des AMA-Grillclubs kann sich sehen lassen, er hat eine Menge an echten Vorteilen zu bieten. Um nur einige zu nennen:
Alle AMA-Grillclub-Mitglieder erhalten das Magazin „GrillZeit" gratis zugesandt. Weiters finden alle Grill-Interessierten unter www.ama-grillclub.at eine umfangreiche Sammlung an Tipps und Rezepten sowie die Möglichkeit zum Ideenaustausch und Fragen an Experten zu stellen, etc. – eben alles, was zum Thema Grillen anfällt. Um zusätzlich das praktische Wissen noch zu vertiefen, bieten wir laufend exklusive Grillseminare an. Aufgrund der Partnerschaft mit zahlreichen Firmen gibt es für Mitglieder des AMA-Grillclubs schließlich auch noch Exklusivangebote und zahlreiche Vergünstigungen.

Der AMA-Grillclub wird Ihnen ständig Neues bieten – selbstverständlich freuen wir uns über Ihre Mithilfe und auf einen regen Erfahrungsaustausch.

In diesem Sinne „Willkommen im Club"

Ihr AMA-Grillclub-Team



Dr. Stephan Mikinovic, Geschäftsführer Agrarmarkt Austria Marketing GesmbH



Birgit Hochfelsner, Leitung Grillclub Sekretariat



Mag. Christian Putscher, Ernährungswissenschafter



DI Rudolf Stückler, Projektleiter



Johann Stabauer, Grillprofi



Adi Matzek, Mehrfacher Grillweltmeister

Dressed to grill

Von der Auswahl des Fleisches, der richtigen Verwendung von Gas und Kohle, oder der perfekten Würze – wer gerne grillt und mehr darüber wissen will, dem sei ein Grillseminar mit erfahrenen Profis zur Perfektion seiner Ambitionen empfohlen.

Einheizen – Fleisch drauf – fertig!" So einfach kann es sein? Grillen ist tatsächlich eine der unkompliziertesten Arten gutes Essen auch für größere Gesellschaft zuzubereiten. Allerdings: Wer richtig gut grillen möchte, der sollte sich ruhig näher mit dieser köstlichen Thematik befassen, zum Beispiel bei einem Grillseminar. In einem Grundkurs erfahren Sie alles über „direktes" und „indirektes Grillen", bekommen einen Überblick über die verschiedenen



Grillgeräte und deren Gebrauch, lernen zu erkennen, wann das Grillgut durch ist, wie lange es rasten sollte und vieles mehr. Für jene, die diese Stufe der Erkenntnis schon erklommen haben, bieten sich Seminare zur Vertiefung und Perfektion der Grillkunst an. Die „1. Grill und BBQ-Schule" von Grillweltmeister Adi Matzek etwa führt Kurse zu zahlreichen interessanten weiterführenden Grillthemen durch. So erfährt man alles über Fisch und Meeresfrüchte am Grill in einem „2-Elemente-Seminar" oder beschäftigt sich im Fortgeschrittenen-Kurs mit Niedertemperaturgaren und Brotbacken am Grill.

Kurse der 1. Österreichischen Grill- und BBQ-Schule, Horn, 02982/2637	
Nähere Informationen unter www.grillschule.at	
5. Juli 2006	Fisch
8. Juli 2006	Grundkurs
12. Juli 2006	Grundkurs
26. Juli 2006	WIFI-Grundkurs
5. August 2006	Grundkurs
8. August 2006	WIFI-Grundkurs
9. August 2006	Grundkurs
26. August 2006	Grillkurs für Fortgeschrittene mit mehrgängigem Menü
Sondertermin – nur für AMA GrillClub-Mitglieder:	
16. Sept. 2006	Grillkurs zum Thema Schwein • vom Filet bis zum Spanferkel • wie wird die Schwarte knusprig und fein

Aber auch der Nachwuchs darf schon bei den meisten Grillschulen an die Geräte: In speziellen Seminaren für Kinder lernen auch schon die Kleinen den sicheren Umgang mit dem heißen Element.
Die Seminare finden an Wochenenden statt und dauern zwischen 4 Stunden und einem Tag. Die Kosten belaufen sich, je nach Kurs, auf € 50,– bis 100,– und inkludieren meist Getränke und natürlich das selbstzubereitete Grill-Ergebnis des Seminars, sowie die kompletten Kursunterlagen. Da die Seminare zur Zeit sehr beliebt sind, ist es ratsam sich zeitgerecht anzumelden.

Veranstalter, Ort	Telefon	Termine	Themen
Johann Stabauer, Veranstaltungsort auf Wunsch	0676/446 34 10	auf Anfrage	vom Kinderkurs bis zur Grillakademie
Fleischerei Hans Walter, Salzburg-Stadt	0662/661835	17.6.2006 1.7.2006 15.7.2006	Grundkurs Grundkurs Grundkurs
Kaufhaus Hinterholzer, Oberndorf bei Salzburg	06272/42140	16.6.2006 14.7.2006	Grundkurs Fortgeschrittene
Bonus-Fleischer Rudolf Fruhmann, Wernberg (Ktn.)	04252/2221	16.6.2006	Grundkurs
Bonus-Fleischer Erich Brand, Gleinstätten (Stmk.)	03457/2264	17.6.2006 1.7.2006 8.7.2006	Grundkurs Grundkurs Grundkurs
Bonus-Fleischer Gerold Kaltenböck, Waldneukirchen (OÖ.)	07258/5563	30.6.2006	Kinderkurs
Bonus-Fleischer Fritz Auernig, Hallwang (Sbg.)	0662/661339	4.7.2006	Grundkurs

Text: Kiki Sabitzer **Foto:** AMA-Marketing

Grillen mit den Profis

Es ging nicht nur um die Wurst, beim Grill-Ereignis der Sonderklasse, das kürzlich auf der Schleppe-Eventalm in Klagenfurt stattgefunden hat. An insgesamt drei Tagen wurden die 1. Internationalen Alpen-Adria-Barbecue-Championships, die 8. nationale Grillmeisterschaft sowie die 1. Österreichische Freizeit und Familien-Grillmeisterschaft ausgetragen.








Alle, die sich bereits einen Namen ergrillt haben, waren natürlich bei dieser Veranstaltung vertreten und konnten ihren Ruf als Grill-Profis erneut unter Beweis stellen. So holten sich die „Waldviertler Hornochsen" bereits zum dritten Mal in Folge den Gesamtsieg – sowohl im nationalen als auch im internationalen Bewerb. Der zweite Platz ging in beiden Bewerben an die „Salzburger Barbecue Bulls". Auf dem dritten Rang landete das deutsche Team „Sieben Schwaben", national konnten die „Spicy Flames" die Bronzemedaille einheimsen. Bei den Freizeit- und Familiengrillern erkämpften sich die Teams „Smörebröd", „Violettas Grillteam" sowie die „Drei Damen vom Grill" die begehrten Stockerlplätze. Tausende Besucher wohnten den Meisterschaften bei und wurden – natürlich – mit zahlreichen Grill-Spezialitäten verwöhnt: Rind, Schwein und Seeforelle, allesamt aus der Kärntner Region. Neben Schilift und Almhütte philosophierten die Veranstalter bereits über weitere Events. Unter anderem wurde ein „Snow-Barbecue" für den nächsten Winter angedacht. Sobald die Veranstaltung konkret ist, informieren wir Sie über diese und andere lohnende Ausflugsziele natürlich in der „GrillZeit".

All jenen, die ihre Grillkünste bei Wettkämpfen unter Beweis stellen wollen, sei die Austrian Barbecue Association, kurz ABA, empfohlen. Sie ist als eingetragener Verein Mitglied der World Barbecue Association (WBQA) und organisiert zahlreiche Meisterschaften. Infos finden sich auf www.aba-barbecue.at.

Text: Brigitte Rechberger Fotos: ABA

Festliches Rindfleisch

Jedes Jahr im Sommer laden Kärntens Rinderbauern, die bäuerliche Vermarktung „Kärntner Fleisch" und die Landwirtschaftskammer Kärnten zum „Rindfleischfest" auf dem Plateau zwischen Wörther- und Ossiachersee. Hier kommen Bauern und Konsumenten zusammen, um gemeinsam zu feiern.
Attraktion und verbindendes Element der Veranstaltung: Das Kärntner Rind. Den Konsumenten wird die Möglichkeit gegeben, das Qualitätsprodukt in all seiner Natürlichkeit zu erleben und zu verkosten, sich mit den Züchtern und Rinderbauern zu unterhalten und in Sachen Rindfleisch einmal über den Tellerrand zu schauen.
Die weitläufigen Wiesen des Gutes Ossiacher Tauern liefern das passende Ambiente für das Fest. Denn auf den etwa 50.000 Quadratmetern Wiesenfläche haben nicht nur die rund 8.000 Gäste und die Aussteller Platz, sondern auch eine 100 Rinder starke Herde. Wer genug gegessen und bei einem Spaziergang die Herde besucht hat, den erwartet dann auch noch ein stimmungsvolles Rahmenprogramm mit Kärntner Chören, Musikkapellen, Jagdhornbläsern und Volkstänzern. Star des Tages bleibt aber natürlich das Kärntner Rindfleisch.
Ein umfangreiches kulinarisches Programm versorgt die hungrigen Gäste mit Spezialitäten vom Grill, aber auch gekochte Rinderspezialitäten und ein feuriges Rindergulasch sorgen für Gaumenfreuden. Langeweile kommt bestimmt nicht auf. Denn das Rindfleischfest ist ein Fest für die ganze Familie und so wird auch den Kleinen ein umfangreiches Kinderprogramm mit Ponyreiten, Töpfern, Malen und Kutschenfahrten geboten.
Heuer findet das Fest am 13. August ab 10 Uhr statt, bei Schlechtwetter wird ganz unkompliziert auf den 15. August verschoben.







AMA GRILLCLUB **Fotowettbewerb**

Die Damen vom Grill

♀ gewinnt



Grillen ist eine echte Männerdomäne, so zeigen es die Zahlen und auch die Beobachtungen im Bekannten- und Freundeskreis widersprechen nicht. Laut einer Umfrage des Grillherstellers Weber stehen bei fast 80% der Grillereien die Herren der Schöpfung mit der Grillzange bewaffnet im Garten. Handelt es sich um Geräte, die mit Gas bewirtschaftet werden, verflüchtigen sich noch mehr Frauen und lassen den Mann ran (90%ige Männerdominanz). Auch wenn das männliche Engagement in Sachen Kochen prinzipiell begrüßenswert ist, so verwundert dieses Ungleichgewicht doch sehr. Der AMA-Grillclub freut sich jedenfalls auch über weibliche GrillAMAteure und möchte mit diesem Fotowettbewerb eine Lanze für die Damen vom Grill brechen. Grillen Sie (oder lassen Sie mal Ihre Frau grillen), halten Sie es fotografisch fest und schicken Sie uns die Aufnahmen. Zu gewinnen gibt es einen Grillkurs nach Wahl bei Grillweltmeister Adi Matzek in der „1. Grill und BBQ-Schule" in Horn, und eines von 99 „AMA-Grillclub"-T-Shirts. Die originellsten Einsendungen werden in der nächsten „GrillZeit"- Ausgabe veröffentlicht.

Einsendungen an: AMA-Grillclub, Postfach 300, 1200 Wien, bzw. digital an Email: grillclub@ama.gv.at.

Text: Kiki Sabitzer **Fotos:** RST, Matzek

Der Club im Web

Infos rund ums Thema Grillen gibt es ab sofort nicht nur in der „GrillZeit", die Sie soeben in Händen halten, sondern auch ganz bequem im Netz. Ergänzt um medientypische Interaktivitäten.

Für alle Grillfans ist künftig www.ama-grillclub.at die erste Adresse im Web. Diese brandneue Site bietet für Clubmitglieder nicht nur jede Menge Information, sondern auch zahlreiche praktische Services. So steht (allerdings ausschließlich für Club-Mitglieder) beispielsweise die „GrillZeit" zum Online-Schmökern als pdf-Datei bereit – und zwar nicht nur die jeweils aktuelle Ausgabe: In einem Archiv werden künftig alle erschienenen „GrillZeit"-Exemplare gesammelt und können bequem über den Bildschirm durchgeblättert werden. Wer spezielle Infos zu einem bestimmten Thema sucht, dem wird die praktische Volltextsuche eine Hilfe sein.
Das gilt natürlich auch für Grill-Know How, Rezepte, den Einkaufsberater, Getränketipps, Saisonkalender und andere Inhalte der brandneuen Website.



Services. Informationen gibt es also für alle Besucher im Web, die speziellen Services stehen – so wie die genannte Online-GrillZeit – jedoch nur Clubmitgliedern zur Verfügung. Etwa dann wenn sie eine Frage zum Grillen oder zu speziellen Produkten drückt. In diesem Fall stehen die Grillprofis Adi Matzek und Johann Stabauer, unsere BBQ-Sommeliers sowie der Ernährungswissenschafter Christian Putscher und eine Reihe weiterer Experten elektronisch Rede und Antwort.
Dazu gibt es die speziellen Grillkurse, Grillreisen und Einkaufsvorteile für AMA-Grillclubmitglieder, die per Internet natürlich besonders einfach zu sichten und zu buchen sind. Weiters können sich Grill-Interessierte in einem Forum untereinander austauschen sowie Grill-Zubehör im privaten Bereich kaufen, verkaufen oder einfach verschenken.
Und da beim Grillen natürlich das passende Outfit nicht fehlen darf, wird auf www.ama-grillclub.at auch ein Webshop zur Verfügung stehen, über den man als Mitglied Kleidung, nützliche und witzige Accessoires zu besonders günstigen Preisen erwerben kann. Um all diese Services – natürlich kostenlos – nutzen zu können, muss man sich lediglich direkt auf der Website unter Angabe von Name, Anschrift und e-mail-Adresse (falls verfügbar) registrieren, was einem neben der kompletten Nutzung der Website noch mehrere zusätzliche Vorteile eröffnet: Als Club-Mitglied erhält man nicht nur die „GrillZeit" per Post bis auf weiteres nach Hause geschickt, sondern bekommt auch einen Newsletter per Mail. Letzterer informiert über neue Produkte oder Gewinnspiele, liefert aber auch hilfreiche Tipps und Rezepte.
Selbstverständlich kann die Mitgliedschaft jederzeit auf Wunsch per Mausklick beendet werden.



Haben Sie jetzt schon Fragen an uns?

Sie können uns diese natürlich auch per Email (grillclub@ama.gv.at) oder per Post übermitteln: AMA-Grillclub, Postfach 300, 1200 Wien. Wir werden Ihnen diese so schnell wie möglich beantworten. Am schnellsten geht es natürlich, wenn Sie sich als Web-User registrieren.
Die interessantesten und häufigsten Fragen und deren Beantwortungen werden wir in der nächsten Ausgabe der „GrillZeit" veröffentlichen.

Text: Brigitte Rechberger **Fotos:** AMA Marketing

Fleisches-Lust

Mag. Christian Putscher – Ernährungswissenschafter der neuen Generation – bringt uns einige Frohbotschaften: Grillen ist gesund – noch gesünder wird es, wenn man Fleisch, Gemüse und Gewürze clever kombiniert und die Eigenschaften der einzelnen Nahrungsmittel nützt. Wie Sie etwa mit Ketchup gefährliche Nitrosamine bekämpfen können, oder warum ein saftiges Steak Lust auf Liebe macht, lesen Sie hier.

Grillen ist nicht nur die ursprünglichste Form der Zubereitung, sondern auch eine der gesündesten: Nährstoffe werden geschont, Fett wird gespart und sogar ausgebraten. Zwei grobe Grillfehler gibt es jedoch, die Sie vermeiden können, oder aber bewusst ausgleichen sollten. Gefährlich wird es erstens dort, wo Fett oder Öl in offenes Feuer tropft und blau-rauchend verbrennt. Denn bei diesem Vorgang bilden sich „polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe“ (kurz PAK), die sich am Grillgut – unsichtbar und geruchlos – ablagern und die zweifelsfrei krebserregend sind. Aber hier klären wir ein häufiges Missverständnis auf: Nicht die verkohlte Kruste des Koteletts ist schlechthin gesundheitsschädlich. Sie ist nur dann gefährlich, wenn sie eben unter diesem blauen Rauch entsteht, denn dann haben sich mit großer Wahrscheinlichkeit gesundheitsschädliche Stoffe darauf abgelagert. Im Normalfall jedoch, also wenn nichts blau raucht und stinkt, kann Ihnen das etwas zu dunkle Kotelette nichts anhaben und gefahrlos verzehrt werden, denn Kohle verlässt ihren Körper so wie Sie sie aufgenommen haben, hinterlässt also keinerlei Spuren.



Mag. Christian Putscher, unabhängiger Ernährungswissenschafter und Autor.



Die zweite Feindesgruppe des Grillkulinarikers sind die Nitrosamine. Sie bilden sich, wenn Gepökeltes gegrillt wird. Wer jetzt meint, nie wieder ein „Berner Würstel“ auf den Grill legen zu dürfen, oder das gesamte Grillgut wegen PAK-Verdachts in den Eimer werfen zu müssen, dem sei verraten: Sie müssen nur das Richtige dazu essen, dann wirken sich selbst grobe Grillfehler nicht negativ auf die Gesundheit aus.



Wahre Helden. Stellen Sie allen modernistischen Alternativen zum Trotz ruhig Senf, Kren und Ketchup auf den Tisch. Die scharfen Senföle (aber auch Kren, Chili und andere scharfe Gewürze) regen die Entgiftungsprozesse der Leber an und unterstützen sie so effektiv, dass etwaige Nitrosamin-Attacken völlig chancenlos bleiben. Und Ketchup birst buchstäblich vor Lykopin – einer der wahren Helden der Pflanzenstoffe, hinter denen Vitamin C bei allen Verdiensten unscheinbar verblasst. Lykopin ist jener Stoff, aus dem beispielsweise das Rot der Tomate ist,



und der das Gemüse vor schädlichen Umwelteinflüssen schützt. Auch den Menschen schützen Lykopin und andere Melanoide sehr wirkungsvoll vor freien Radikalen, allerdings kann der Körper den Farbstoff erst im gekochten Zustand richtig verwerten. Also kann Ketchup – oder auch Tomatenmark und Sugo Pomodoro – eigentlich sogar mehr, als frischer Tomatensalat.
Aber auf jeden Fall gilt: Bunte Farben



des Gemüses tun nicht nur dem Auge gut! Und auch Pilze sollten Sie dann und wann mit auf den Rost legen. Denn deren lösliche Ballaststoffe saugen Schädliches auf wie ein Schwamm und passieren so unseren Verdauungstrakt.

Testosteron. Daß Grillen eine Männerdomäne ist, mag viele Ursachen haben, eine davon ist aber auch ernährungsphysiologisch zu begründen. Der Mann braucht seine gute Portion Fleisch, um den Hormonhaushalt in Ordnung zu halten, denn das Lust- und Kampfhormon Testosteron lässt sich dadurch tatsächlich steigern. Testosteron braucht nämlich Zink, und Zinklieferant Nummer Eins in unserer Nahrung ist nun einmal Fleisch. Egal ob vom Rind, Schwein, Lamm oder Wild. Damit das Hormon aber auch dorthin gelangt, wo es hinkommen soll, ist entscheidend, dass die Durchblutung gut in Schuss ist. Gewürze und Kräuter, wie zum Beispiel Basilikum, Petersilie und Kresse, aber auch Chili, Pfeffer und Ingwer halten die Gefäße elastisch und sorgen so für den problemlosen Transport. Scharfe Speisen regen zudem die Produktion körpereigener „Glückshormone" (Endorphine) an. Besonders interessant, weil für die Gefäße gesund, ist auch erhitzter Knoblauch in Kombination mit Öl. Wird Knoblauch nämlich gemeinsam mit Öl erwärmt, bildet sich ein dem Vitamin B1 ähnliches Vitamin, das vom Körper besser aufgenommen werden kann und Verletzungen der Gefäße entgegenwirkt. Gerade für Diabetiker empfiehlt es sich daher, Gegrilltes immer in Kombination mit Knoblauch und Öl zu genießen und damit der Gesundheit etwas Gutes zu tun.

Text: Kiki Sabitzer **Fotos:** AMA Marketing, Herbert Richter

Interview mit Landwirtschaftsminister Josef Pröll

Ganz privat



Herr Minister, eigentlich sind Sie professionell Österreichs ranghöchster Grüner, da nicht nur die Landwirtschaft, sondern auch die Gärten der Nation zu Ihnen ressortieren. Wie halten Sie es denn privat mit dem Grünraum?

Pröll: Ich finde es schön und wichtig, für die Bundesgärten, also etwa für Schönbrunn, den Burggarten, aber auch für den Schlossgarten Ambras zuständig zu sein. Wir führen die historische Gartenkunst weiter. Unsere Leistungen sind für den Tourismus lebensnotwendig. Aber für besonders wichtig halte ich, dass wir attraktive Angebote für die Sehnsucht der Städter nach Natur in der Stadt haben.

Ich selber wohne in der Stadt mit Garten und genieße die Grünoase so oft ich kann. Wichtig ist mir dabei, dass sich der Garten entwickeln kann. Meine Kinder sollen Gelegenheit haben, das Wachsen und Gedeihen in der Natur erleben zu können und gleichzeitig auch Verantwortung dafür übernehmen, etwa durch Mithelfen beim Gießen. Gleichzeitig muss der Garten eine Oase der Ruhe sein, in der ich Freunde bewirten kann und meine Kinder auch genügend Platz zum Spielen haben.

Und wie stehen Sie als Lebensminister zum Lebensgefühl Grillen?

Pröll: Grillen ist für mich viel mehr als nur Vorfreude auf und Genießen herrlich zubereiteter Speisen. Kochen und Essen in der Natur hat für mich einen besonderen Stellenwert und ich freue mich regelmäßig auf die Grillsaison. Es hat für mich aber noch eine andere wichtige Funktion: Nicht nur ich lade zum Grillen Freunde und Nachbarn ein. Grillen schafft Gemeinschaft und vertieft Freundschaften.

Haben Sie eine Lieblingsspeise vom Grill, oder gar einen Rezepttipp?

Pröll: Bei mir kommt sowohl Schweine- als auch Rindfleisch auf den Grill. Sehr gut schmeckt aber auch gegrilltes Geflügel und Fisch frisch vom Grill. Wichtig ist mir, dass ich weiß, woher das Fleisch kommt. Gerne kaufe ich am Bauernhof oder am Markt ein. Dann bemühe ich mich das Fleisch rechtzeitig zu marinieren, am besten schon am Vorabend. Bei der Geschmacksrichtung der Maninade bin ich da schon experimentierfreudiger, nur bei Kindern bemühe ich mich nicht zu scharf und zu intensiv zu würzen.

So schlank und fit wie Sie heute wirken, gefährden Sie ja fast Ihren Ruf als Genießer. Wie machen Sie das, wie ernähren Sie sich?

Pröll: Ich bin und bleibe Genießer. Ich betreibe in letzter Zeit viel Sport, laufe viel und fahre Rad. Auf der anderen Seite esse ich bewusster und sicher auch gesünder als früher. Aber eines ist sicher; auf den Genuss beim Essen möchte ich nicht verzichten. Und auf's Genießen beim Grillen auf gar keinen Fall.



Does and Dont's

Grillprofis – aber auch engagierte Grillamateure – erzielen mit der richtigen Ausrüstung und ein paar einfachen Kenntnissen hervorragende Ergebnisse.

Text: Kiki Sabitzer / Michael Schubert
Fotos: AMA Marketing / Weber

Aller Anfang ist leicht

Was hierzulanden gemeinhin als „Grillen" gilt, wird von Eingeweihten als „Direktgrillen" bezeichnet. Also das Braten des Grillguts auf einem Rost direkt über der Glut oder Flamme, meist ohne Deckel und in der Regel auch ohne präzise Temperaturführung. Diese Grillmethode eignet sich jedenfalls optimal für alles Kurzgebratene mit nur wenigen Minuten Garzeit. Also beispielsweise Würstchen, Steaks, Spieße oder Koteletts.

Direkt gegrillt wird aber auch beim scharf Anbraten von größeren Stücken, um die Fleischporen zu schließen und/oder eine schöne Bräunung (im Fachjargon: Karamellisierung) zu erreichen. Der Kenner grillt jedoch auch direkt so gut wie immer mit Deckel (wenn vorhanden), denn so erreicht er gleich zweierlei: Durch die geringere Sauerstoffzufuhr besteht kaum die Gefahr der Flammenbildung, welche das Grillgut äußerlich verbrennt und sowohl geschmacklich wie gesundheitlich unerwünscht ist. Und durch die Hitze im geschlossenen Griller wird das Grillgut auch gleichmäßiger und schneller gar.



GRILL-FACTS

Gegrilltes ist nicht nur sehr schmackhaft, sondern auch besonders gesund. Denn aufgrund dieser speziellen Garmethode kann nicht nur auf die Zugabe von Fett gänzlich verzichtet werden, sondern wird auch noch Fett aus dem Fleisch gebraten. Außerdem sorgen die kurzen Garzeiten und die entstehenden Röststoffe für eine besonders hohe Wertigkeit und Bekömmlichkeit des Fleisches.

Wissenschaftlich erklärt: Bei der trockenen Hitze im Griller (bei geschlossenem Deckel bis zu 350°C) entsteht durch die Verbackung von Zucker bzw. stärkehaltigen Stoffen und Bestandteilen von Eiweiß ein unverwechselbares Aroma. Das Grillgut erreicht an der Oberfläche eine Temperatur von ungefähr 180 °C, im Inneren wird es selten heißer als 95 °C - in der Praxis jedoch nur zwischen 70 und 85 °C. Durch die hohe Temperatur an der Oberfläche gerinnt das Fleischeiweiß und karamellisieren die Kohlenhydrate. Dadurch wird verhindert, dass der wertvolle Fleischsaft austritt.

Indirekt besser zum Ziel. Wenn es aber um Spareribs, ganze Hühner oder größere Fleischstücke geht, kommt in Wahrheit ohnehin nur die indirekte Grillmethode in Frage. Das bedeutet, dass sich die Glut bzw. Gasflamme nicht direkt unter dem Fleisch oder Gemüse befindet, sondern seitlich. Eine schöne Bräunung und der typische Grillgeschmack wird dennoch durch die trockene Hitze im Garraum erreicht. Indirekt gegrillt wird natürlich ausschließlich mit Deckel, der auch nur dann abgenommen werden sollte, wenn es wirklich notwendig ist. Auch Speisen mit höherem Fettgehalt

(wie Gans, Bauchfleisch, Schopfbraten) profitieren vom indirekten Grillen, denn das Fett wird gutteils ausgebraten und hinterlässt trotzdem sein ganzes delikates Aroma im saftigen Braten. Es empfiehlt sich eine Temperatur von etwa 150 bis 160 Grad im Griller, während ansonsten indirekt mit rund 180 Grad gegrillt wird.

BBQ. Von „Barbecue" – der beliebtesten Grilltechnik in den Staaten – spricht man dann zu Recht, wenn indirekt (und natürlich mit geschlossenem Deckel) bei einer mäßigen Temperatur (zwischen 90 und 160 Grad) eher größere Stücke gegart werden. Zugaben von Holzspänen und anderen Aromaträgern wie getrocknete Kräuter sind beliebte Geschmacksgeber. Planen Sie für Ihr BBQ nicht unter 3 Stunden!

Noch wesentlich mehr Zeit nehmen müssen Sie sich beim **Räuchern** (zwischen 60 und 90 Grad) wo Holz, bzw. Holzspäne essentielle Utensilien sind. Im Kohlegrill ist es alles andere als einfach diese Temperaturen zu halten, ohne die Glut „abzustechen" Dafür besser gebaut sind die sogenannten „Smoker".

CHAMP-TIPPS

AMA GRILL CLUB



von Barbecue-Weltmeister Adolf Matzek

Achten Sie darauf, dass die Stäbe des Grillrostes ca. im rechten Winkel zu jenen des Kohlerostes liegen, auf dem die Grillkörbe stehen bzw. die Holzkohle liegt. Damit tun Sie sich wesentlich leichter, Ihre Kohlekörbe „wie auf Schienen" an den Rand oder zur Mitte zu schieben, wenn Sie dies brauchen.

Und so steuern Sie die Temperatur unter der Haube Ihres Kugelgrillers: Am Deckel bleiben die Luftöffnungen beim Grillen ganz offen. Die Temperatur beeinflussen Sie mit dem Lufteinlass unter dem Griller. Je weiter Sie diese öffnen, desto heißer wird die Glut.
Nach dem Grillen schließen Sie einfach alle Öffnungen gänzlich und können so die Kohle vielleicht ein weiteres Mal verwenden.

AGRARMARKT AUSTRIA

Kohlekörbe sind für Kugelgriller ideal, um Holzkohle (oder besser noch Holzkohlebriketts) an der richtigen Stelle zu platzieren. Nämlich in der Mitte, um direkt zu grillen oder auch große Fleischstücke anzubraten, beziehungsweise am Rand, um in der Mitte des Rostes eine glutfreie Zone für das indirekte Grillen zu schaffen.

Anzündkamin. Ein sehr effektives Teil, um Kohle und vor allem Briketts relativ schnell und sehr gleichmäßig anzuzünden und durchzuglühen. Ganz ohne Pusten, Wacheln, Föhnen und Risiko.

Die **Grillzange** ist der Dirigentenstab des erfolgreichen Grillers. Sie sollte gut in der Hand liegen, lange, nur wenig wärmeleitende Griffe haben und ordentlich zupacken können. Die große Fleischgabel sollten Sie sich dagegen weitgehend verkneifen, denn diese kostet Ihnen viel wertvollen Fleischsaft (außer beim rohen Fleisch).

Alufolie ist ebenfalls ein wichtiges Utensil beim Grillen. Sie können damit empfindliches Grillgut vor allzu großer Bräunung und vor dem Austrocknen schützen, die Hitzeabstrahlung im Holzkohlegriller begrenzen und zusammengeknüllt ist sie ideal zum Reinigen des Rostes. Aber achten Sie auf die Materialstärke - das Meiste am Markt ist zu dünn, um ein Stück Fleisch mit Knochen ordentlich einzupacken. Und bitte immer mit der glänzenden Seite nach innen verwenden!



Nie ohne. Sie haben vielleicht schon einen Griller. Unter Umständen aber spielen Sie auch nur mit dem Gedanken, sich einen anzuschaffen – Entscheidungshilfen dafür bietet Ihnen unter anderem unsere Story „Gas oder Kohle" auf Seite 16. Was Sie aber in jedem Fall haben sollten, sind ein paar Utensilien, die das Leben am Rost ungemein erleichtern.

Beispielsweise einen ordentlich isolierenden **Grillhandschuh.** Denn es gibt beim Grillen immer wieder Heißes anzufassen. Sich da mit Lappen oder dergleichen zu behelfen, ist nicht nur schrecklich unbequem und wenig dekorativ, sondern schlicht gefährlich.

Goldes wert ist auch ein **Braten-Thermometer,** das Sie nicht nur über die Hitze im Griller, sondern auch über die sogenannte Kerntemperatur informiert, wenn Sie ihn in die Mitte größerer Fleischstücke stecken. Diese Kennzahl ist eine der wichtigsten bei dieser schönen Beschäftigung, denn sie informiert Sie punktgenau über den Zeitpunkt, wann Ihr Braten auf den Tisch sollte.
Ganz besonders clever sind moderne Funkthermometer, bei denen Sie den Fühler ständig im Fleisch stecken lassen können (herkömmliche Bratenthermometer würden zerspringen!). Bei Erreichen der richtigen Kerntemperatur holt Sie dieser elektronische Wächter per Signal wieder aus dem Hobbykeller.

NOCH FRAGEN?

AMA GRILL CLUB

Haben Sie eine spezielle Frage, gibt es ein Problem beim Grillen? Schicken Sie uns eine mail unter grillclub@ama.gv.at oder besuchen Sie uns im Internet unter www.ama-grillclub.at und Sie bekommen eine Antwort von unseren Grillprofis. Die häufigsten Probleme veröffentlichen wir dann auch im nächsten Heft der GrillZeit.

AGRARMARKT AUSTRIA





Die beste Entscheidung

Gas oder Kohle? Für gestandene Hüter des Holzkohlenfeuers stellt sich diese Frage vorerst gar nicht, ist für sie doch Grillen „Geschmackssache" im wahrsten Sinne des Wortes.

Text: Michael Schubert
Fotos: Weber / AMA Marketing / BP Gas

Gas oder Kohle?

Im Praxistest – den die GrillZeit-Redaktion selbstlos unternahm – kamen selbst eingefleischte „Kohleriker" ins Wanken. Eines ist schon klar: Wer rotglühende Kohle und heiße Asche braucht, um in Grillstimmung zu kommen, wird die Gasflasche niemals schätzen lernen. Dass in den USA, der Heimat der Intensivgriller, aber ein Löwenanteil der Barbecue-Geräte gasbeheizt sind, sollte uns zu denken geben. Und war mit ein Grund für das GrillZeit-Team, sich die Sache mit dem idealen Brennstoff einmal näher anzusehen. Im Blindtest offenbart sich denn auch erstaunlich klar: Ohne Rauch gehts auch. Und manchmal sogar besser, auf jeden Fall aber bequemer. Um sich jedoch wirklich fundiert und mit nachhaltiger Zufriedenheit zwischen Gas und Kohle zu entscheiden, sollte man wissen, wo die Stärken und Schwächen der Systeme liegen. Kulinarisch jedenfalls gibt es für beide Welten der Befeuerung gute Gründe – wenn auch ganz andere, als die Meisten vermuten. Denn wenn gegrilltes Fleisch (wie so oft) nach Holzkohle schmeckt, hat der Röster ohnehin etwas falsch gemacht. Und die erwünschten delikaten Raucharomen am Steak liefern sowohl gute Holzkohlen-, wie auch gute Gasgriller, wenn sie richtig benutzt werden. Bei kurz und direkt Gegrilltem erwies sich jedenfalls im Test, dass für das Ergebnis andere Dinge als die Herkunft der Hitze wesentlicher sind.



Zum einen ist das die richtige, ausreichend hohe Temperatur. Denn der Grillrost sollte wirklich sehr heiß sein, wenn Fleisch darauf gelegt wird. Nur dann schließen sich die Poren sofort, der Saft bleibt im Fleisch. Und in Sachen genauer Temperatursteuerung hat der Gasgriller hier mit Sicherheit die Nase vorne, überhaupt dann, wenn

noch die Erfahrung mit dem jeweiligen Kohletypus fehlt.

Braun schmeckt. Ein weiteres Qualitätskriterium sind die breiten Stege der getesteten Gasgriller. Sie ergeben nicht nur die prägnantere „Grillmarkierung", wie dies der Fachmann nennt, sondern auch besonders viele und gute mit der „Karamellisierung" der Fleischoberfläche verbundene Röstaromen, die von unsereiner als so typisch für das Grillen empfunden werden. Die Beiriedschnitte vom Gasgrill (ein Weber Q), wurde jedenfalls von den Testern fast durch die Bank besser bewertet, als das (ebenfalls sehr gelungene) Pendant aus dem Brikett-befeuerten Kugelgriller. Für Letzteren spricht vielleicht bei längeren Garprozessen – also beim indirekten Grillen größerer Fleischstücke – dass die Raucharomen durch die Kohle deutlicher werden. Was bei den Gasgrillern der Oberklasse wiederum großteils durch sogenannte „Flavorizer-Bars" ausgeglichen wird, auf denen das abtropfende Fett verdampft und so für



die typische BBQ-Aromatik sorgt. Bei diesem indirekten Braten ist es übrigens ebenfalls die konstante und genaue Temperatur des Gasbrenners, die für den Drehregler spricht. Dafür schwören viele Holzkohle-Profis wieder auf die besonders trockene Hitze, die dieser Brennstoff (bei geschlossenem Deckel) entwickelt.

Rauchzeichen. Während sich die Kohle (und besser noch Kohlebriketts) gut dazu eignen, mit aromatischen Hölzern und holzigen Kräutern (wie etwa Rosmarin), Knoblauch- oder Zwiebelschalen darauf unkompliziert Aromen in den Garraum zu bekommen, ist effektives Räuchern wiederum die Domäne von eigenen „Smokern". Gasgriller sind mitunter auch mit eigenen Räucherboxen ausgestattet, die mit aromatischen Holzspänen befüllt werden können, doch dies ist eher als Geschmacksplus und nicht als effektives Räuchern zu sehen.
Dort wo Rauchentwicklung dagegen besonders störend ist, also am Balkon, oder in sonstigen Situationen, die eine Trübung der nachbarschaftlichen Verhältnisse nach sich ziehen könnten, ist natürlich Gas ebenfalls Hitzequelle der Wahl.

Schneller am Teller. Augenscheinlichster Vorteil des Gasgrillers ist die „Convenience", wie dies neudeutsch



heißt. Aufdrehen, Zündtaste drücken, Temperatur regulieren und nur mehr auf die richtige Temperatur des Rostes warten. Dass hier das rituelle und langwierige Vorglühen der Kohle entfällt, ist für viele Zeitgenossen mit Hang zur Spontanität alles andere als ein Nachteil. Dafür ist das Hantieren mit der Gasflasche – speziell für die Damenwelt – nicht jedermanns Sache. Zumindestens in Ostösterreich, denn während in Vorarlberg das Match Gas gegen Kohle bereits 8:1 steht, haftet der Gasflasche im Wiener Raum der Geruch des Unbehagens an. Völlig zu Unrecht übrigens, denn die weitaus meisten Grillunfälle gehen auf Funkenflug und ungeeignete Anzünd-



hilfen der Kohlefraktion zurück (siehe auch Kasten auf Seite 20).
Ein wichtiges Thema ist ja auch noch die Verfügbarkeit. Denn während Grillkohle während der Saison (aber nur dann!) sogar beim Nahversorger zu bekommen ist, ist die Gasflasche vom Vertriebsnetz des Herstellers abhängig. Drum prüfe, wer sich ewig bindet, denn hier gibt es recht große Unterschiede. Dafür aber grillt der Durchschnittsösterreicher mit einer 5kg-Flasche eine volle Saison, ohne sich um weiteren Nachschub kümmern zu müssen. Immerhin entspricht diese Kompaktklasse 60 Kilowattstunden Energieleistung) und ist mit einem Füllungspreis von derzeit rund 18 Euro auch wirtschaftlich ausgesprochen gut dran. Der Pfand pro Gasflasche liegt im Schnitt bei 60 Euro.

WIE SICHER IST GAS?

Gute Gasflaschen sind hart im Nehmen. Ob praller Sonnenschein im Sommer, oder eine Schneedecke im Winter - diese Energieträger nehmen nichts übel. Lediglich 65 Grad Umgebungstemperatur sollte man möglichst nicht überschreiten – was ohnehin dem doppelten Wert dessen entspricht, was in unseren Breiten als Hitzewelle gilt.
Und auch das Hantieren mit den Flaschen ist heute einfacher denn je. Marktführer BP etwa bietet mit seinen innovativen, neuen „Light"-Flaschen nicht nur optisch ansprechende Gebinde, sondern auch einige interessante Features. So sind die „BP Gas light"-Flaschen aus einem extrem belastbaren Kunststoff, der das Gewicht nicht nur um die Hälfte reduziert, sondern durch seine Semitransparenz auch ständige Information über den Füllstand gibt. Dazu kommt ein ergonomischer Tragegriff und ein dichtes Versorgungsnetz. Ein Sicherheitscheck bei jeder Neubefüllung und zweimalige Überprüfung auf Dichtheit sind bei jedem Flaschentausch Standard. Selbstbefüllen ist daher immer tabu!
Einzige Schwachstelle ist eventuell der Gasschlauch, der logischerweise intakt sein sollte. Haben Sie Zweifel, überprüfen Sie diesen einfach wie einen Fahrradschlauch mit einer Spülmittellösung auf Dichtheit. Aber selbst wenn Sie ein Leck übersehen, ist das kein Malheur. Denn die Flasche verbringt ihr Leben (ausschließlich!) im Freien, wo das Gas entweichen, aber niemals Schaden anrichten kann. Sogar der unachtsame Kontakt mit einer Zigarettenglut hat durch die herrschenden Druckverhältnisse keine ernsten Konsequenzen.

Moderne Gasgriller sind zum Betrieb mit Flüssigpropangas konstruiert, da es besonders bei sehr niedrigen Temperaturen wesentlich beständiger ist als Butangas. Bei Temperaturen unter 0° C (auch im Winter macht Grillen Spaß!) ist ohnehin nur Propangas wirklich geeignet.



	PLUS	**MINUS**
Gasgriller	• Sauber & schnell • Kein Nachlegen erforderlich • Jahresvorrat in einer Flasche • Präzise Temperatursteuerung • Kein Qualm, keine Asche • Breitere Rost-Stege	• Unromantisches Image • Abhängigkeit vom Vertriebsnetz • Höherer Anschaffungspreis • Vorbehalte gegen Gasflaschen
Kohlegriller	• Gute Verfügbarkeit (im Sommer) • Feuer-Zauber • Geringerer Anschaffungspreis	• Rauchentwicklung • Arbeitsintensiver • Längere Vorlaufzeiten • Bei längeren Garzeiten Nachlegen erforderlich



Weber Griller führen in Qualität, Langlebigkeit und Vielseitigkeit - darum geben wir bis zu 25 Jahre Garantie auf unsere Griller. Über 600 Weber-Händler in Österreich beraten Sie gerne. Die Händlerliste und weitere Informationen bekommen Sie unter www.weber.com oder unter Tel.: 07673/805 60.

Egal... Hauptsache ein weber

Zündende Ideen



Light my fire

Grillen ist kinderleicht – wenn man mit dem richtigen Material zu Werke geht. Das gilt für den Grill an sich, aber ebenfalls für den Anzünder.

Text: Kiki Sabitzer / Michael Schubert
Fotos: AMA Marketing

Von den rund 1.000 Grillunfällen pro Jahr in Österreich gehen die meisten auf das Konto abenteuerlicher Methoden der verhinderten Feuermacher.
Rund zwei Drittel der pyrotechnischen Unfallopfer am Grill sind Männer - etwas weniger sogar, als bei der sonstigen Verteilung der Geschlechterrollen in diesem Metier. Was den Rückschluss zulässt, dass Leichtsinn nicht zwingend eine maskuline Eigenschaft ist. Aber alle diese Unfälle wären eigentlich vermeidbar gewesen.
Auslöser für riskante Anzündmanöver ist meist das Feuer, das nicht will. Wegen schlechten Kohlematerials, mieser Witterung, mangels geeigneten Geräts und vor allem mangels Geduld.

Das Repertoire an Selbstmörderischem, das in solchen Fällen mitunter zum Einsatz kommt, füllt die Archive der Versicherung: Benzin, Nitroverdünnung, Spiritus, Bunsenbrenner. Ja selbst flüssige Grillanzünder werden zur Bombe, wenn sie auf (auch nur teilweise) heiße Kohle geschüttet werden. Dies soll man nicht einmal mit jenem „rückschlagsfreien" Flüssiganzünder anstellen, der relativ neu am österreichischen Markt ist und Dummheit weitgehend verzeiht.
Und selbst der allzeit beliebte Föhn als Super-Blasebalg sorgt für gefährlichen Funkenflug und bläst außerdem Ruß und Asche auf das oft schon am Rost platzierte Grillgut. Außerdem wird die Glut ungleichmäßig und meist zu heiß.

Viel cleverer ist da der Einsatz eines Anzündkamins, der die Kohle (-briketts) gleichmäßig und kontrolliert zur Weißglut bringt. Dazu genügt es, ein, zwei feste Anzündwürfel darunter zu platzieren, den Rest erledigt das patente Teil von selbst.
Will oder muss man jedoch mit Flüssiganzündern arbeiten, empfiehlt sich zum einen die Wahl eines Markenproduktes, zum anderen sollte man dieses auf der kalten Kohle möglichst gleichmäßig verteilen, bevor man - mit dem nötigen Abstand durch ein langstieliges Grillfeuerzeug oder Streichholz - zündet.
Einfach ist das Leben mit einem modernen Gasgriller. Die besseren Geräte besitzen nämlich eine Zündung per Knopfdruck - wie ein Küchenherd. Zur Vorsicht sollte man Gasgriller jedoch bei geöffnetem Deckel zünden, um zu sehen, ob sich das Gas wirklich entzündet. Tut es das nämlich nicht, verströmt es. Das kann bei geschlossenem Deckel und neuerlicher Zündung zu einer unangenehmen und lauten Überraschung führen - auch wenn die robuste Bauweise von guten Geräten derlei in der Regel verzeiht.

HEISSER TIPP

AMA GRILLCLUB

Auf keinen Fall sollte man Kiefernzapfen oder Presspappe zum Anzünden verwenden, denn diese setzen beim Verbrennen Schadstoffe frei. Nicht zu empfehlen sind auch Ölofenanzünder und dergleichen. Selbst geeignete Anzünder sollten restlos verbrannt sein, bevor das Grillgut auf den Rost kommt, denn diese bergen zwar keine gesundheitlichen Gefahren, beeinflussen aber vielleicht den Geschmack nachteilig. Und achten Sie beim Kauf von Anzündhilfen jedweder Natur auf den Hinweis auf die Norm EN 1860, die nicht nur die Sicherheit, sondern auch die Qualität des Produktes gewährleistet.

AGRARMARKT AUSTRIA



Hot Stuff

Viel Kohle für Kohle? Holzkohle und Grillbriketts sind in sehr unterschiedlichen Preisklassen am Markt. Dass Billigofferte aber unterm Strich die teurere Lösung sind und kulinarische Risken bergen, zeigt die Praxis.

Text: Michael Schubert
Fotos: Weber / AMA Marketing

Kohlen holen!

Die Qualität der Holzkohle hängt sowohl vom Carbonisierungsverfahren, als auch vom verwendeten Rohstoff ab. Gute Holzkohle wird aus sortenreinem Holz hergestellt – hierzulanden oft aus Buchenholz. Finden Sie keinen näheren Hinweis darauf bei den Herstellerangaben Ihrer Kohle auf der Packung, sind die Risken groß, daß Reste verschiedener Holzarten verwendet wurden, was den Nachteil der Inhomogenität der Holzkohle noch deutlich verstärkt.
Denn auch die meist sehr unterschiedliche Stückgröße der Holzkohle bewirkt, dass der sogenannte „Glutteppich" im Griller recht verschiedene Temperaturzonen aufweist, was die Grillerei nicht eben vereinfacht. Dem können Sie begegnen, indem Sie die Kohle deutlich dicker aufschichten, als Sie das vermutlich gewohnt sind. Dazu kommt dann noch, daß so ein Sack Holzkohle auch einen nicht unerheblichen Anteil an Kohlestaub und kleinsten Stücken enthält, die nicht nur vom Brennwert her uninteressant sind, sondern sogar die Glut tendentiell ersticken können. Schließlich verbrennt Holzkohle flott und mit einer relativ kurzen Phase der idealen Höchsttemperatur (10 bis 15 Minuten), die für viele Grillgerichte einfach nicht ausreicht.
Beim dadurch unweigerlich notwendigen Nachlegen passiert meist zweierlei: Die Temperatur schwankt stark, was ebenso zu kulinarischen Misserfolgen führt, wie die Staub- und Rauchentwicklung durch diese Vorgangsweise. Richtig nachgelegt wird eigentlich bereits glühende Holzkohle – also eine außerhalb des Grillers (vorteilhafterweise in einem Anzündkamin) während mindesten 20 Minuten vorgeglühte Kohle.



Dauerbrenner. Sparsamer und sinnvoller ist es in der Regel – trotz des höheren Ausgangspreises – hochwertige Grillbriketts zu verwenden, welche die Temperatur gleichmäßig und lange halten können. Diese Briketts werden aus Kohlepartikeln hergestellt, die mit natürlicher Stärke gebunden werden. Das qualmt beim Anzünden zwar recht heftig (also auch hier besser einen Anzündkamin verwenden), enthält aber de facto keine gesundheits- bzw. geschmacksabträglichen Substanzen. Der neueste Grillkohle-Trend kommt aus Australien: „Heat Beads" heißen die neuen Braunkohle-Briketts des Griller-Marktführers „Weber" und schlagen die Holzkohlebriketts in Sachen Brenndauer und Temperaturkurve noch einmal um Längen. 270 Minuten, also weit mehr als doppelt so lange wie Holzkohle brennen die „Heat Beads" und rund 30% länger als herkömmliche Holzkohlebriketts – und das jenseits der 180 Grad. Allerdings benötigen diese Super-Briketts unbedingt einen Anzündkamin, um in Fahrt zu kommen.

HEISSER TIPP AMA GRILL CLUB

Brikett-Reanimierung:
Schließen Sie nach dem Grillen einfach sämtliche Luftüngsklappen Ihres Kugelgrillers und die Briketts werden ohne Sauerstoffzufuhr selbständig aufhören zu brennen. So sind sie beim nächsten mal wieder einsatzbereit.

AGRARMARKT AUSTRIA

Nur Geduld. Beim Grillen muß man warten können. Trotz der Meuterei hungriger Kinder und ungeduldiger Gäste. Denn die Glut des Durchschnittsgrillers ist ja meist erst dann am besten, wenn alle schon gegessen



AMA GRILL CLUB

CHAMP-TIPPS

vom Barbecue-Weltmeister Adolf Matzek



Kohlebriketts richtig anzünden



1. Verwenden Sie keinen Anzündkamin, schichten Sie die Kohlebriketts pyramidenförmig auf zwei bis drei Anzündwürfel, die Sie mit einem Grillfeuerzeug entzünden. Erst wenn die Briketts nicht mehr rauchen und gut durchgeglüht sind, werden sie auf dem Kohlerost verteilt bzw. auf den Seiten verteilt, wenn Sie indirekt grillen wollen.



2. Einfacher und schneller geht es mit einem Anzündkamin, den Sie einfach auf ein bis zwei brennende Anzündwürfel am Kohlerost stellen. In diesem Kamin werden die Briketts außerdem auch gleichmäßiger durchgeglüht. Und hochwertige - weil dauerhafte und besonders heiß brennende - Briketts wie etwa die „Heat Beads" sind überhaupt erst mit einem Anzündkamin in Fahrt zu bringen.

AGRARMARKT AUSTRIA

KLAMMER-EDITION VON WEBER

Franz Klammer, österreichische Ski-Ikone, finanziert mit seiner gemeinnützigen Foundation Sportler, die durch schwerwiegende Sport-Unfälle in Not geraten sind. Denn der behindertengerechte Umbau einer Wohnung, aber auch gute Rehabilitations-Maßnahmen kosten Geld, das die Familien der Betroffenen meist nicht aufbringen können und die Versicherung nicht deckt. In Kooperation mit Weber Grill entstand nun die Idee, die „Klammer Foundation" mit einer Grill-Sonderedition zu unterstützen. Die brandneue „Franz Klammer Edition", ein schwarzer OneTouch Silver von Weber, trägt die Unterschrift Franz Klammers und zeigt den Olympiasieger in seiner typischen Abfahrtsposition. Pro verkauftem Gerät gehen 10 Euro an die „Franz Klammer Foundation", die aktuell den Mountainbiker Wolfgang Illek unterstützt. Eine runde Sache ist diese Kooperation auf alle Fälle, denn Franz Klammer grillt schon seit Jahrzehnten auf einem Weber Kugelgrill. Er hatte ihn als aktiver Sportler in den USA entdeckt und kurzerhand mitgenommen, um auch in seinem „Backyard" in Österreich wie die amerikanischen Kollegen zu grillen. Der Erlös dieser Aktion wird Ende Juli im Rahmen des Gala Diners des „Franz Klammer & Josef Kupetzius Invitational Golfturniers" im Schloss Fuschl am Wolfgangsee übergeben. Die Kooperationspartner hoffen auf einen großzügigen Spendenscheck für die „Franz Klammer Foundation".



haben – was dem bereits Verzehrten selten gut getan hat. Also planen Sie für die Zubereitung einfach eine halbe Stunde mehr ein und beginnen Sie früher den Griller zu heizen. Der lange Atem guter Briketts erlaubt, hier noch zusätzlich einen zeitlichen Puffer einzubauen.

Alternative Glut. Amerikaner verwenden für ihr BBQ auch gerne Holz – vorzugsweise Fruchthölzer oder Nussbaumarten wie Hickory oder Mesquite, die es in den US-Supermärkten schon grillfertig verpackt gibt. In Frage kommen auch Birke oder Eiche – welche eine besonders große und nachhaltige Hitze entwickelt. Geschmacklich besonders vorteilhaft soll auch die europäische Wildkirsche sein. Jedes Grillholz sollte aber zumindest zwei Jahre gelagert, völlig trocken und frei von Moder oder Pilzen sein. Frisches Holz entwickelt enorm viel Rauch, mit dem man allerdings – entsprechende Kenntnisse vorausgesetzt – auch im Sinne des Räucherns arbeiten kann.

Ein Nachteil dieser urtümlichen Grillmethode ist – neben dem recht hohen Preis – allerdings, dass mit Holz die Wartezeiten aufs Essen noch einmal verlängert werden. Denn bis die Holzscheiter tatsächlich zur richtigen Glut verbrannt sind, vergeht die eine oder andere Stunde. Manche Hardcore-Griller schwören auch auf Kokosnuss-Schalen, die tatsächlich einen sehr

HEISSER TIPP

AMA GRILL CLUB

Wintergrillen: Schnee-Barbecues wie im mondänen St. Moritz werden auch bei uns ein Mega-Trend! Daher: jetzt rechtzeitig Kohle bunkern, im Dezember gibt's an Tankstellen und in Baumärkzen oft nichts zu holen!

AGRARMARKT AUSTRIA

hohen Brennwert besitzen, aber gute Beziehungen zu anderen Klimazonen voraussetzen. Alternativ dazu gibt es aber auch Briketts mit oder ganz aus Kokosnussfaser zu kaufen, wobei die weiter oben erwähnten aus Braunkohle sogar einen noch höheren Brennwert haben.



Asado!

Bis zum Horizont erstreckt sich die argentinische Pampa, Weidefläche unzähliger Rinder. Gehütet von den legendären Gaùchos, den Cowboys Lateinamerikas. Hier, inmitten von Nichts außer Gras und Tier hat das „Asado" seine Wurzeln, die typische, Jahrhunderte alte Tradition, Fleisch zu grillen.

Text: Kiki Sabitzer **Fotos:** Rudolfo Partito

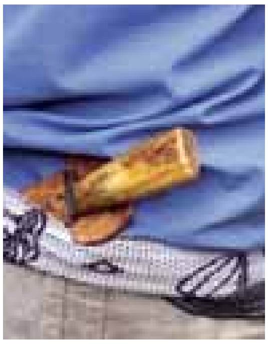
So grillen die Gaùchos

Und immer noch sammeln die Gauchos während ihrer Ritte durch die Pampa das nur spärlich vorhandene Feuerholz für das tägliche Asado. Ein beliebiger Rost (wie rostig!), oder auch nur ein einfaches Eisenkreuz dient als Grill, auf dem über offenem Holzfeuer nahezu alles zubereitet wird, was kreucht und fleucht. So kommen neben Rindfleisch auch ganze aufgeklappte Ziegen oder Lämmer auf den Speiseplan, aber auch Innereien, Würste (Chorizos) oder Hühner werden natürlich nicht verschmäht.

Das Asado ist aber auch Zentrum vieler Familienfeiern und festlicher Anlässe in Argentinien. Rund um den Grill treffen sich Freunde und Verwandte zum Feiern und Plaudern, während die in der Regel großen Portionen vor sich hin bruzzeln, um schließlich mit Weißbrot und einem guten Schluck argentinischen Rotweins serviert zu werden. In den Städten haben sich auch viele Restaurants auf dieses Thema spezialisiert und bieten kostengünstige Pauschalangebote für Asado, Wein, Brot und Salate. Für den europäischen Touristen, der nahezu ausschließlich solcherart in den Genuss des argentinischen Grillerlebnisses kommt, tut sich dabei eine ungewohnte Welt auf. Auf-











fälligster Unterschied zu europäischen Usancen ist sicher, dass beim Asado eher unedle Teile gegrillt werden, also auch Stücke, die bei uns bestenfalls als Suppenfleisch oder Gulasch durchgehen. Geschmack und Konsistenz des argentinischen Rindfleisches schließlich beeinflussen neben der fehlenden Reifung und den Rassen auch das würzige und sortenreiche Gras der Pampa sowie die Tatsache, dass die Rinder beim Weiden weite Strecken zurücklegen. Noch dazu wird das Fleisch nahezu frisch, das heißt ohne Reifung verarbeitet. Das ergibt in Summe mitunter ein schönes Stück Arbeit für den Kauapparat.
So ist das an sich feinfasrige und ungewöhnlich dunkle Rindfleisch für den durchschnittlichen europäischen Gaumen also zunächst gewöhnungsbedürftig. Auch wird beim Asado kaum gewürzt. Meist nur leicht gesalzen, kommt der kräftige Eigengeschmack

des Fleisches beim traditionellen Asado voll zur Geltung.

Wirtschaftsfaktor Fleisch. Aber Rindfleisch ist nicht nur Mittelpunkt des sozialen Lebens in Argentinien, es ist auch eine der wichtigsten wirtschaftlichen Säulen des Landes. Immerhin verzehrt der durchschnittliche Argentinier rund drei mal soviel Rindfleisch wie der Österreicher, wofür er sich den Namen „Carnivero" (Fleischfresser) eingehandelt hat. Der Preis für das wichtigste Nahrungsmittel Argentiniens ist daher ein heißes Thema, an dem sich die Politiker regelmäßig die Finger verbrennen. Nachdem Argentinien in den vergangen Jahren auf den Export des Pamparindes gesetzt hatte und gleichzeitig den Sojaanbau stark forcierte, was wiederum auf Kosten der Rinderhaltung ging, stieg der Fleischpreis gefährlich an. Schließlich verhängte die amtierende Regierung unter Nestor Kirchner ein strenges Ausfuhrverbot für Rinder und versuchte, das so



entstandene Überangebot ins Inland umzulenken und den Rindfleischpreis wieder in den Griff zu bekommen. Allerdings fruchtete diese Strategie bislang nicht, sondern droht im Gegenteil die vom Außenhandel abhängigen Züchter in den Ruin zu treiben und die wirtschaftliche Situation Argentiniens weiter zu belasten. Schließlich rief die Regierung im vergangenen März die Bevölkerung auch noch zu einem Rindfleischboykott auf. Natürlich mit einem Nullergebnis, denn so schnell verzichtet kein Argentinier auf sein geliebtes Asado.



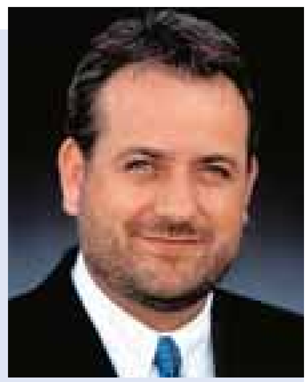


INDOOR OUT – OUTDOOR IN: MEGATREND FREIRAUM

Während im Osten Europas derzeit der Nachholbedarf beim traditionellen Grillen in einem Höllentempo schmilzt, zeichnet sich in Westeuropa, den USA und auf anderen entwickelten Märkten ein neuer Megatrend ab: „Indoor out – outdoor in" steht hier für die fallenden Schranken zwischen Wohnraum und Garten, die mehr und mehr ineinander übergehen. Wintergärten, Orangerien, Patios, Jacuzzis und andere Wohnraumerweiterungen bilden beim gehobenen Wohnen immer öfter die Übergangszone zwischen drinnen und draußen. Neuester Schrei ist die Außenküche als additiver „Freiraum". Zum hochwertigen Griller – der dabei immer mobil bleibt – wünscht sich der Frischluftfan nun auch Kühlschrank, Waschbecken und eine Überdachung im Garten. Materialen wie Edelstahl und edle Hölzer quellen aus den Küchen ins Freie, Design und Styling werden immer wichtiger.



Bei den Kindern der Wohlstandsgesellschaft wiederum gibt es einen klaren Trend zur gezähmten Lagerfeuerromantik. Schlichte, aber funktionelle Holzkohlengriller sind als Zentrum gemeinsamer Abende junger Leute wieder schwer angesagt.



David Sunne, Geschäftsführer von Weber-Stephen Österreich ist Däne, Wahlösterreicher und Vielflieger als Trendscout mit internationalem Jagdrevier.

Happening. *In Großstädten - also dort, wo der Platz im Grünen oder aber der passende Freundeskreis oft fehlen – macht ein neuer Gastronomietrend aus Dänemark viel Sinn: Findige Pioniere haben ihren Wirtshausgarten im Herzen von Kopenhagen nicht nur mit neuen Tischen, sondern auch jeweils mit einem Kugelgriller ausgestattet. Dieser wird sozusagen grillfertig serviert, zusammen mit den gewünschten (natürlich rohen) Fleischstücken, dem Gemüse, den Beilagen und den passenden Getränken. Gegrillt wird von den Gästen selbst, wobei zwischen den einzelnen Tischen wahre Wettbewerbe der Kulinarik entstehen.*

Pimp my Grill. *Noch ein Trend kommt aus den USA über Skandinavien auf den alten Kontinent: Das Grillertuning. Nach den Bikes und Autos entdecken nun auch immer mehr Hobbyröster ihren Kugelgriller als lohnendes Objekt luftpinslerischer Verschönerungen und abgefahrener Accessoires. Wobei die fachgerechten – also hitzefesten – Malereien und Zierrate besser d em Profi überlassen werden, der diese ganz nach Kundenwunsch vornimmt. Zu beobachten auch im Internet, etwa unter www.ugrill.dk.*

Text: David Sunne **Fotos:** Weber, ugrill



Gar nicht so leicht!

Auch wenn das Kotelett von jedermann gerne auf dem Grill gebraten wird, stellt seine perfekte Zubereitung selbst für Profis eine der größten Herausforderungen dar.

Text: Michael Schubert
Fotos: AMA Marketing

Perfekte Schweinskoteletts

Die richtige Zubereitung des Koteletts beginnt bereits beim Einkauf. Denn wenn Sie es gerne saftig, mürbe und kräftig im Geschmack wollen, müssen Sie schon einige Dinge beachten. Und auch am Grill ist das Karree-Steak heikler als andere Teilstücke.

Regel Nr. 1 lautet: Meiden Sie Fleisch, dessen schlechter pH-Wert Ihnen unweigerlich trockene, ledrige Resultate beschert, weil das Fleisch zu viel Wasser verliert. Bester Garant für Schweinefleisch ohne PSE-Faktor ist ein Kontrollsystem wie jenes des AMA-Gütesiegels.

Regel Nr. 2: Haben Sie keine Angst vor Fett. Besonders intramuskulär ist dieses wichtig für Aroma und Saft. Entscheidend ist also die sogenannte Marmorierung (Fettäderchen), die sich beim Grillen ausbrät und verhindert, daß ihr Kotelett trocken wird. Mögen Sie es jedoch ganz mager, grillen Sie ihr Kotelett besser ohne Knochen und sehr kurz „auf den Punkt".
Für längere Grillsessions und knusprige Resultate eignen sich wesentlich besser gut daumendicke Scheiben vom langen Karree und vom Schopfbraten. Dünne oder gar unregelmäßig (keilförmig) geschnittene Koteletts sollten Sie beim Einkauf erst gar nicht akzeptieren.

Regel Nr. 3: Wenden Sie Ihr Kotelett nur einmal! Das häufig praktizierte oftmalige Herumdrehen trocknet das Fleisch nur aus, außerdem erreichen Sie so auch keine schöne „Grillmarkierung", die mit für den delikaten Geschmack von Gegrilltem verantwortlich ist. Natürlich können Sie jedoch das Kotelett auf jeder Seite einmal um 90 Grad drehen, wenn Sie eine Grillmarkierung im Karo-Stil bevorzugen. Der richtige Zeitpunkt für das Umdrehen Ihres Steaks ist bei richtiger Hitze am Rost (220 bis 280 Grad) nach ca. 1,5 Minuten erreicht, bei einem Kotelett dauert es etwas länger. Warten Sie einfach, bis sich die ersten Tropfen auf der Fleischoberfläche bilden.

Regel Nr. 4: Nützen Sie die unterschiedlichen Temperaturzonen Ihres Grillers. Platzieren Sie also den Knochen des Koteletts dort, wo die Glut am heißesten ist, damit auch das Fleisch am Knochen garen kann, wo dies am längsten dauert. Ist der Rest schon richtig gebräunt und knusprig, können Sie ihn auch durch Alufolie vor dem Austrocknen schützen.

HEISSER TIPP

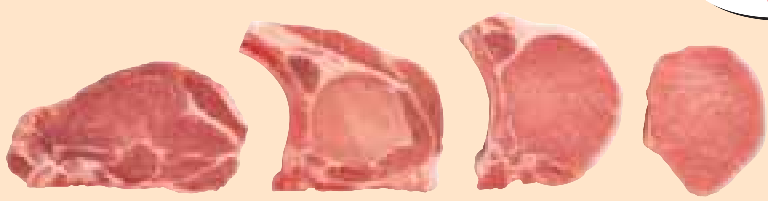
AMA GRILL CLUB

Sehr einfach überprüfen Sie die richtige Temperatur am Grill, indem Sie die Handfläche ca. 10 Zentimeter über den Rost halten. Wenn Ihnen das länger als 6 Sekunden gelingt, ist er eindeutig noch nicht heiß genug. Kürzer als 2 Sekunden aber sollte es auch keinesfalls sein, weil sonst die Hitze zu aggressiv ist. Regulieren können Sie die Hitze bei manchen Grillern auch dadurch, indem Sie den Abstand des Rostes zur Kohle verändern.

AGRARMARKT AUSTRIA

WARENKUNDE

AMA GRILL CLUB



Das Schweinskarree (von links nach rechts): Schopfbraten, Langes Kotelett, Kurzes Kotelett, Kurzes Kotelett ohne Knochen.
Achten Sie beim Einkauf Ihres Koteletts auf optische Kriterien. Ist die Farbe untypisch blass (statt kräftig rosig), erscheint es schwammig und wässrig, oder findet sich gar Fleischsaft in der SB-Tasse, lassen Sie besser die Finger davon. Es handelt sich dabei nämlich mit einiger Wahrscheinlichkeit um sogenanntes PSE-Fleisch (Pale = fahl, Soft = weich, Exudative = wässrig), das auch dem besten Griller strohig und trocken gerät.

AGRARMARKT AUSTRIA

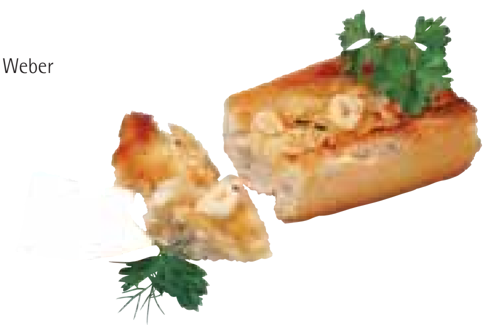


Keine Angst vor großen Braten

Selten noch sind auf Österreichs Grillrosten Fleischstücke anzutreffen, die größer als ein Huhn, oder bestenfalls eine ordentliche Stelze sind. Schade eigentlich.

Text: Michael Schubert **Fotos:** AMA-Marketing, Weber

King Size



Denn gerade die großen Kaliber vom Grill versprechen besonderen Hochgenuss. Und versetzen den Grill-Großmeister in die Lage, auch eine umfangreiche Gäste- oder Kinderschar erfolgreich abzufüttern. Außerdem ist der große Braten am Grill ja auch eine höchst komfortable Sache für den Koch. Denn das Fleisch verbringt zwar recht viel Zeit im Freiluft-Ofen, dies aber weitgehend alleine. Bei der richtigen Ausrüstung brauchen King-Size-Teile weniger Aufmerksamkeit als vermeintliche Banal-Gerichte wie Kotelett oder gar Spareribs.

Voraussetzung ist natürlich auch ein ausreichend dimensionierter Griller mit Deckel, dessen Temperatur via Lüftung (Holzkohle) oder Regler (Gas) zu steuern ist. Groß sollte der Griller schon deshalb sein, weil beim indirekten Grillen – und nur so gelingt der große Braten – ein Teil der Grillfläche tabu ist, weil dort die Glut respektive die Gasflammen zu heiß für den langsamen Garungsprozess sind. Aber ohnehin sind die erwachsenen und praxisgerechten Kugelgriller jene mit 57cm Durchmesser. Da es so gut wie immer Bedarf an unterschiedlichen Temperaturzonen im Griller gibt und Fertiges heiß gehalten werden sollte, rechnen Sie besser damit, daß nur ein Teil der Grillfläche wirklich fürs Grillen zur Verfügung steht.

In der Regel wird beim indirekten Grillen die glühende Kohle am Rand plaziert, gehalten etwa von Kohlekörben oder speziellen Gittern, in der Mitte liegt unter dem Rost eine Auffangschale, in der das abtropfende Fett des Bratens landet. Ähnlich beim Gasgriller, wo nur die Brenner am Rand gezündet werden, damit in der Mitte ausschließlich die Ofenhitze des geschlossenen Grillers wirkt.



Essentiell ist natürlich auch ein Thermometer, das uns über die Temperatur im Garraum informiert, besser noch eines mit Spieß, an dem man die Kerntemperatur des Fleisches ablesen kann. Diese ist nämlich ein wirklich aussagekräftiger Indikator des Stadiums, in dem sich der Braten befindet.

Ansonsten ist noch auf den richtigen Brennstoff zu achten. Beim Gas gibt es ohnehin keine Konditionsschwächen, bei der Kohle sind gute Briketts der normalen Holzkohle vorzuziehen, da sie weitaus länger sowie gleichmäßiger brennen und man sich die Nachlegerei erspart.

Für einen erfolgreichen Einstieg in die Welt des KingSize-Grillens haben wir Ihnen ein paar lohnende Kandidaten samt der passenden Expertentipps ausgesucht, mit denen eigentlich nichts schief gehen kann. Vorausgesetzt, Sie achten beim Einkauf auf die Fleischqualität, denn diese ist bei diesem Thema besonders wichtig.

Schopfbraten ist auch im Ganzen erste Wahl für den Grill, denn seine gute Fettmarmorierung hält das Fleisch sehr saftig und geschmackvoll. Aber wegen dieses Fetts und wegen des Bindegewebes, das auch gut ausgebraten sein sollte, wird der Schopfbraten ein wenig heißer gegrillt als andere große Teile.
Und so gehts: Verteilen Sie einen vollen Anzündkamin glühender Briketts auf zwei Seiten des Kohlerostes (am besten in Kohlekörbe), um den Griller bei geschlossenem Deckel auf Temperatur zu bringen. Das gewürzte Fleisch legen sie am besten mittig auf den Rost, wenn die Temperatur im Garraum etwa 230 bis 240 Grad erreicht hat, dann lassen Sie die Temperatur während des Grillens langsam auf etwa 200 Grad fallen. Dies können Sie



dadurch regeln, indem Sie die Lüftungsöffnungen am Deckel und der Ventilation unterm Griller anfangs voll geöffnet lassen und die untere dann schrittweise schließen. Nach zirka zwei Stunden sollte der Schopfbraten perfekt sein, besser bzw. genauer ist es, ihn bei idealer Kerntemperatur (ca. 77 Grad) vom Grill zu nehmen. In jedem Fall aber sollte der Braten in Alufolie an einem warmen Ort rasten. Dann bleibt das Fleisch auch beim Anschnitt saftig und die Fasern werden entspannt und somit mürbe.

Rostbraten. Wie der Name schon sagt, eignet sich dieses delikate Stück Rindfleisch im Ganzen (etwa 3 bis 4kg) tatsächlich hervorragend zum Braten am Rost. Allerdings erfordert das Teilstück etwas mehr Fingerspitzengefühl, als beispielsweise das sogenannte „Hintere Ausgelöste“ vom Rind, welches im Nacken an den Rostbraten anschließt, das ähnlich zubereitet auch einen ganz hervorragenden Rindsbraten abgibt (und dazu noch deutlich weniger kostet). Denn der Rostbraten braucht aufgrund seiner Konsistenz mehrere Phasen zum Gelingen:
Die Würzung mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer sollte reichlich und kurz vor dem Anbraten erfolgen. Je nach Geschmack lässt sich diese aromatische Grundausstattung auch noch mit Senf oder Soja-Sauce ergänzen. Dann wird er direkt über der Glut von allen Seiten scharf angebraten, damit sich die Fleischporen schließen. Anschließend gut in (extra feste) Alufolie einpacken und bei 140 bis 160 Grad etwa zwei Stunden garen. Besonders gut bekommt diesem feinen Rindsbraten, wenn Sie in die Folie frische Kräuter, wie Rosmarin, Majoran und Estragon mitpacken. Die letzten 45 bis 60 Minuten seines Grillaufenthalts verbringt er dann ohne Alufolie im Grill, um nun noch gut auszubraten und Farbe zu nehmen. Danach gibt es

FLAVOUR BRINING

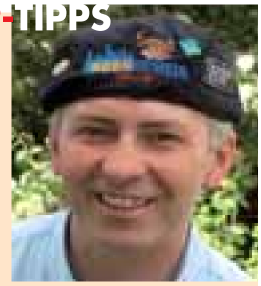
Am ehesten ist „brining“ mit „Nasspökeln“ oder „Suren“ zu übersetzen, was die Sache aber dann doch nicht ganz trifft. Denn im Gegensatz zum Pökeln kommt bei dieser Methode kein Pökelsalz, sondern Kochsalz zum Einsatz.
Einst war „Brining“ eine Methode, Fleisch auch ohne Kühlung haltbarer zu machen. Heute wird diese Technik gerne von anglophilen BBQ-Enthusiasten eingesetzt, um Gewürzaromen auf dem Weg der Osmose in magere Fleischteile zu bringen und die Textur des Fleisches, sowie seine Saftigkeit positiv zu beeinflussen.
Eine „Brine“, also jene Lake in der das Fleisch für einige Stunden oder besser noch Tage mariniert, basiert grundsätzlich auf Salz und Wasser. Dazu kommen meist süße Komponenten, wie Zucker oder Honig, Melasse und dergleichen. Gewürze, Kräuter und manchmal sogar Spirituosen (z.B. Cognac, Whisky oder Rum) sorgen zusätzlich für die gewünschten Aromen.

Das Grundrezept ist jedenfalls sehr einfach: 1 Liter Wasser mit einer Tasse Salz ansetzen, eventuell eine halbe Tasse Zucker und Gewürze nach Geschmack zugeben. Das Fleisch darin vollständig einlegen (besonders effizient sind dafür große Gefrierbeutel) und mindestens 24, besser aber 48 Stunden im Kühlschrank aufbewahren. Die Grillstücke vor dem Grillen abtrocknen lassen.

AMA GRILL CLUB

CHAMP-TIPPS

vom Barbecue-Weltmeister Adolf Matzek



Der Rostbraten am Grill

Grillen Sie den Rostbraten rundherum bei guter Hitze so an, dass er überall etwas Farbe nimmt – dann haben sich die Poren geschlossen. Betten Sie das Fleisch in einer robusten Alufolie auf Kräuter wie Rosmarin, Estragon, Thymian oder auch Minze und grillen Sie es bei mäßiger Temperatur (140 bis 160 Grad) etwa zwei Stunden gar.



Ist der Braten soweit, nehmen Sie ihn aus der Folie und lassen Sie ihn noch direkt über der Glut knusprig bräunen. Vor dem Anschnitt sollte der Rostbraten noch einige Minuten an einem warmen Platz ruhen.



AGRARMARKT AUSTRIA

die obligaten 5 bis 10 Minuten warmgestellt (wieder in Alufolie) zur Entspannung der Fleischfasern. Übrigens: Den Namen Rib Eye trägt der Rostbraten im englischen Sprachraum vermutlich des Fettauges wegen, das er inmitten des Anschnitts trägt. Dieses versorgt ihn während des Bratvorgangs von innen her permanent mit bestem Fett, so dass das Fleisch saftig bleibt. Beim Servieren verzichten aber die meisten figurbewussten Zeitgenossen auf dieses an sich recht delikate „Auge".

HEISSER TIPP AMA GRILL CLUB

Weltmeister Adi Matzek spickt den Schopfbraten mit Dörrpflaumen. Und auch vom „Brining" (siehe Seite 27) oder Suren profitiert ein Schopfbraten gehörig.

AGRARMARKT AUSTRIA

Putenbrust. Eine recht einfache und vergleichsweise flotte Variante, um zu einem schönen Grill-Braten zu kommen. Dafür nehmen Sie eine ganze



Putenbrust mit 1,5 bis 2 Kilogramm und marinieren sie nach Geschmack für mindestens 4 Stunden (besser noch über Nacht), wobei hier die Marinade auch eine kräftige Portion Salz enthalten sollte. Dann wird die Putenbrust trockengetupft und rundherum angegrillt, damit sich die Fleischporen gut schließen. Anschließend etwa eine halbe Stunde in der Alufolie bei rund 160–180 Grad indirekt mit geschlossenem Deckel garen lassen. Innen noch rosa und zart wird dieser Braten, wenn er eine Kerntemperatur von 66–68 Grad erreicht hat, ganz durch ist er bei rund 80 Grad. Ein gutes Stichthermometer ist also sehr zu empfehlen.

Buffalo Grill

Der „American way of steak" findet auch in Österreich immer mehr Liebhaber. Denn mit Knochen eignen sich die Edelteile vom Rind ganz besonders gut für den Grill.

Text: Michael Schubert
Fotos: AMA Marketing

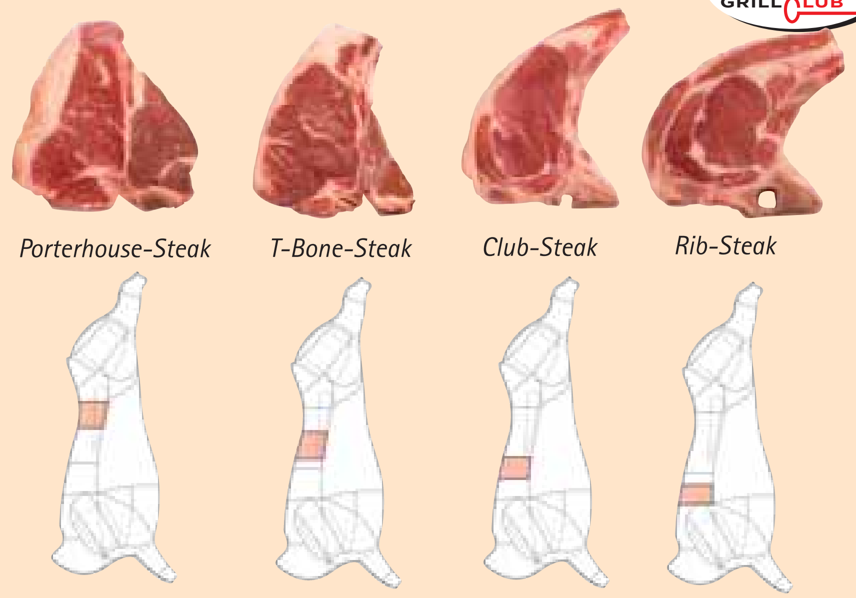


American Steak

Am Knochen bleibt das Fleisch nämlich schön saftig, schmeckt besonders kräftig und auch optisch wird einem hier etwas geboten. So ein ausgewachsenes T-Bone-Steak vom Mastochsen mit bis zu 30 cm Länge und 5 cm Dicke kann sogar die 2kg-Marke überschreiten und eine Familie samt Hund satt machen. Wers deutlich kleiner mag, sollte sich also eher fürs Jungrind entscheiden (siehe Kasten). In jedem Fall aber für die dicke Scheibe - denn zu dünne Steaks werden zu schnell durchgebraten.

T-Bone Steak. Ein Sonderfall der King-Size Kategorie ist dieses Rinderkotelett, das, wenn es auf zünftige Art geschnitten ist, 4 bis 5 Zentimeter dick und bis zu 750 Gramm schwer ist. Die Zubereitung ist jedenfalls ein „Knochenjob". Nicht weil ein T-Bone etwa viel Arbeit macht, sondern weil die unterschiedlichen Fleischqualitäten

WARENKUNDE AMA GRILL CLUB



Porterhouse-Steak | T-Bone-Steak | Club-Steak | Rib-Steak

AGRARMARKT AUSTRIA

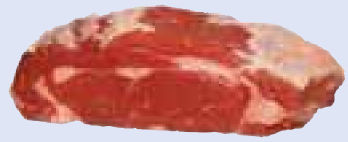


-Dreams

(Filet und Beiried) mit Fingerspitzengefühl zubereitet sein wollen und auch der Knochen eine grilltechnische Herausforderung darstellt. Plazieren Sie also Ihr Steak so über der Kohle bzw. der Flamme, dass das Fleisch auch am Knochen eine Chance hat, zu Garen, bzw. zu bräunen. Um dabei die „schnellen" Teile wie das Filet nicht zu sehr durchzugaren, kann man sich mit Alufolie behelfen.
Grillweltmeister Adi Matzek löst das kochtechnische Dilemma sehr clever. Er „schießt" das gesamte Steak bei 280 Grad direkt - also über sehr heißer Glut - kurz an und grillt es dann indirekt (also nicht über der Glut, sondern seitlich davon) bei 180 Grad in sieben bis 12 Minuten - je nach gewünschter Durchgarung - fertig. Jedoch schützt er dabei den Filetteil auf der unteren Seite des Steaks beim „Anschießen" mit einer Scheibe einer großen, rohen Erdapfel vor dem Aromatod.

JUNG & JUNG

Auch wenn Sie gewohnt sind, schlicht „Rindfleisch" zu bestellen: Dies ist keine exakte Definition, sondern eigentlich ein Sammelbegriff für Fleisch, das je nach Rasse, Fütterung, Geschlecht und Alter sehr unterschiedliche Eigenschaften hat. Darum lohnt es sich, das Kleingedruckte am Etikett genauer zu studieren, beziehungsweise Ihren Fleischhauer zu befragen. Denn ein Mastochse bietet gerade beim „Englischen" – also den Edelteilen fürs Grillen – eine gänzlich andere Qualität und ein anderes Geschmackserlebnis, als die sogenannte „Kalbin". Und bei den Begriffen „Jungstier" und „Jungrind" droht sogar Verwechslungsgefahr.



Jungrind

Was Ihnen in der Regel begegnen wird, ist „Jungstierfleisch". Dieses ist mit Abstand das meistverkaufte Rindfleisch in Österreich, stammt von jungen, aber ausgewachsenen männlichen Rindern, hat eine mittelfeine Faserstruktur und ist tendentiell mager. Die Fleischfarbe ist ein intensives Rot und die Fettabdeckung weiß, der Preis oft heiß. Denn in Aktionen werden Sie aufgrund der günstigeren Erzeugungskosten nahezu ausschließlich diese Standardqualität finden.
Nicht damit zu verwechseln ist das „Jungrinderfleisch", das eine besondere Spezialität darstellt. Es stammt von höchstens ein Jahr alten Jungrindern, die ausschließlich in der naturnahen „Mutterkuhhaltung" aufwachsen, sich also von der Milch ihrer Mütter, sowie Gräsern, Heu und Getreidefutter ernähren. Dieses Fleisch ist zwar kein Kalbfleisch mehr, hat aber dennoch eine besonders zarte Struktur und einen besonders feinen Rindfleischgeschmack. Für den Grill ist diese Qualität natürlich auch optimal geeignet und bietet zudem einen weiteren Vorteil für kleinere Grillrunden: Durch die vergleichsweise geringe Größe des Jungrindes fallen auch große Teile, wie T-Bone-Steaks oder ganze Braten übersichtlich aus.



Jungstier

DIE GARSTUFEN

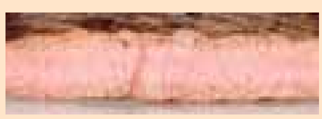
AMA GRILLCLUB



Garstufe „Rare"
Für Puristen



Garstufe „Auf den Punkt"
Sehr empfehlenswert



Garstufe „Well done"
Für Rohkostverweigerer



Garstufe „Durch"
Zu spät – schade darum

Den Garzustand Ihres Steaks können Sie sowohl mit der Fingerdruckprobe als auch durch optische Kriterien ermitteln:
Ist es noch schwammig weich (es fühlt sich an wie Ihr Kinn), der austretende Fleischsaft dunkelrot, nennt man die Garstufe „rare" - also noch „blutig".
Ist das Steak in der Mitte noch elastisch (etwa so wie ihre Nasenspitze), wird aber zum Rand hin deutlich fester, ist es „medium" - „auf den Punkt" gebraten. Der austretende Fleischsaft ist nur mehr leicht rötlich.
„Well done" – also durchgebraten – ist Ihr Steak, wenn es auf Druck nur mehr wenig nachgibt (wie Ihre Stirn) und der Fleischsaft klar ist.

AGRARMARKT AUSTRIA



Es lebe der Unterschied

Lamm & Grill - diese Kombination ist perfekt. Denn Lammfleisch ist schlechthin ideal für den Rost, da es relativ gleichmäßig mit Fett durchzogen ist und sein würziger Geschmack hervorragend zu den Grillaromen paßt. Und je knuspriger Lamm gebraten ist, umso besser mundet es.

Text: Michael Schubert
Fotos: AMA Marketing / Weber

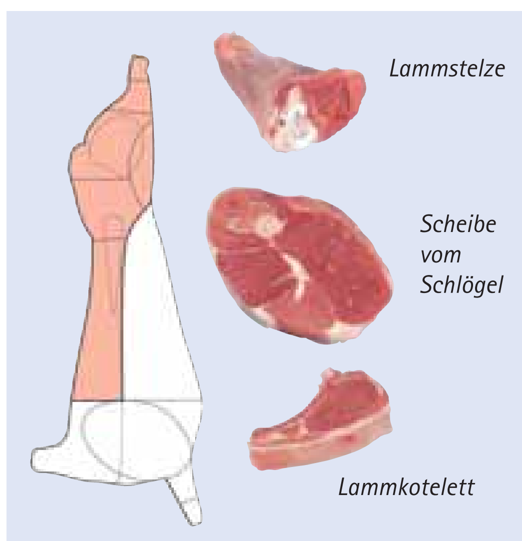
Das Austro-Lamm

Bei Lammfleisch ist es fast noch wichtiger als bei anderen Fleischsorten, sehr genau auf die Herkunft zu schauen. Denn erstens ist frisches Lammfleisch dem tiefgekühlten bei weitem vorzuziehen und zweitens ist der Geschmack von österreichischem Lamm für unsereiner um Klassen besser, als jener, den Importe in der Regel bieten. Der Grund dafür liegt nicht nur in den würzigen Gräsern, welche die naturnah auf Weiden gehaltenen heimischen Schafe fressen (im Gegensatz zur Mast im Stall), sondern einfach auch im Alter der Tiere bei der Schlachtung. Denn während österreichische Junglämmer bereits im zarten Alter von maximal sechs Monaten in den Verkauf kommen, sind international eher bis zu 12 Monate üblich.



Das ergibt natürlich einen gewissen „schöpsernen" Hautgout, den hierzulanden nur Wenige schätzen. Österreichisches Qualitätslammfleisch hingegen ist heller, viel zarter und delikater als andernorts. Das merkt man denn auch im Preis, der im Schnitt gut doppelt so hoch ist, wie bei Importware aus Neuseeland oder Polen. Der aber durch die Art und Weise der Erzeugung und den kulinarischen Mehrwert wirklich gerechtfertigt ist. Und schließlich auch auf der Tatsache gründet, dass Österreichs Schafbauern nicht einmal die Hälfte des Inlandsbedarfes an Qualitätsfleisch decken können, das noch dazu oft via Direktvermarktung verkauft wird. Aber auch Lebensmittelhandel und Fleischer tragen der verstärkten Nachfrage nach dieser Fleischspezialität zunehmend Rechnung.

Die besten Teile für den Grill sind der Rücken und Koteletts – einfach oder im Doppel, aber auch der Schlögel samt Schale, Nuss, Fricandeau und Schlussbraten bietet hervorragend geeignete Qualitäten. Und nicht zuletzt ist die Hintere Stelze (mit Knochen) ebenfalls eine feine Sache am Grill. Lammfleisch ist fertig, wenn sich außen eine knusprige Haut gebildet hat, die ideale Grilltemperatur liegt bei 220 bis 230 Grad. Innen sollte es dann noch rosig sein.



HEISSER TIPP AMA GRILLCLUB

Fleisch vom Junglamm erkennen Sie an der hell- bis ziegelroten Farbe, von der sich das weiße Fett deutlich abzeichnet. Der Anschnitt sollte trocken sein – umso saftiger wird Ihr Braten.

AGRARMARKT AUSTRIA


RADATZ
Schmeckt
GRIECHISCHE BRATWÜRSTEL
mit Fetakäse & Kräutern
Zutaten: Schweinefleisch (76%), Fetakäse (13%), Wasser, Kochsalz, Gewürze, Gewürzextrakte, Geschmacksverstärker: E 621, Stabilisator: E 450, E 451, E 452, Kräuter, Antioxidationsmittel: E 300. Mit Sorgfalt entsprechend dem österreichischen Lebensmittelcodex hergestellt.
℮ 200g
Unter Schutzatmosphäre verpackt.
Preis laut Regal
Glutenfrei
Nährwerte in 100g:
Brennwert 1310kJ,312kcal
Eiweiß 14g
Kohlenhydrate 0,9g
davon Zucker 0,6g
Fett 28g, davon
gesättigte Fettsäuren 11g
Ballaststoffe 0,1g
Natrium 0,8g
0 000000 000000
Lagerung bei +2°C bis +4°C
mindestens haltbar bis:
für GRILL
4-5 Min.
3-5 Min.
und PFANNE
GEWINNER DES ÖSTERREICHISCHEN INNO-
PRODUKT
CHAMPION
2005
SB



Eignungstest

Gleich nach dem Schweinskotelett sind Würstel – in ihren zahlreichen Variationen – das liebste Grillgut der ÖsterreicherInnen. Kinder ziehen sie sogar jedem Steak vor. Dabei sollte Grill-AMAteuren aber nicht „wurscht" sein, welche Wurst auf den Rost kommt.

Text: Nicole Hoffmann
Fotos: AMA Marketing

Hier geht's um die Wurst

Echte Grill- bzw. Bratwürstel (die zumeist auch einen entsprechenden Namen tragen) eignen sich aus mehreren Gründen deutlich besser zum Grillen als etwa Frankfurter oder Debreziner, die für die Zubereitung im Wasserbad oder in der Pfanne gedacht sind. Das fängt schon bei der Wahl der Haut an und reicht bis hin zum idealen Brät, durch dessen spezielle Konsistenz und Würzung ein optimaler Geschmack garantiert wird. Auch enthalten diese Würste wesentlich weniger oder überhaupt kein Nitritpökelsalz, das ansonsten zur Umrötung und Haltbarmachung von Würsten Verwendung findet.
Damit wird vermieden, dass bei Temperaturen über 140°C die unerwünschten Nitrosamine entstehen, denen eine krebsfördernde Wirkung nachgesagt wird (auch wenn dieser Punkt umstritten ist). Und schließlich sind Grillwürste auch nicht, oder nur wenig geräuchert. Das ist es auch, was beispielsweise eine Knackwurst von der Augsburger unterscheidet, die nicht zum Roh-Verzehr gedacht ist.

Was die Zubereitung von Grillwürsten betrifft, so ist es keineswegs notwendig, diese völlig durchzubraten, denn gegart sind sie ja eigentlich bereits. Es gilt also, sie bei mäßiger Hitze nur solange zu erwärmen, bis sie eine schöne „Grillmarkierung" erhalten, und ihnen

HEISSER TIPP

Bereits vorgebrühte Würstel müssen nur noch bei mäßiger Temperatur kurz angebraten werden. Wenn Sie allerdings das Fett aus der Wurst ausbraten wollen, müssen Sie mit längeren Garzeiten und dem Faltenwurf des Wurstdarms rechnen. Eine Alternative: Die Wurst vor dem Grillen enthäuten.
Rohe Bratwürstel sollten vor dem Auflegen auf den Rost kurz überbrüht und leicht mit Öl eingerieben werden. So vermeiden Sie, dass die Haut aufplatzt.
Würstel werden besonders g'schmackig und knusprig, wenn man sie vor und während des Grillens mit Bier bestreicht.
Lassen Sie Ihre Fantasie spielen und servieren Sie Ihren Gästen Würstel einmal anders – z.B. in Rohschinken gewickelt, am Spieß mit passenden Begleitern (Zwiebel, Pfefferoni etc.) oder eingeschnitten und mit Käse, Speck bzw. Gemüse gefüllt.
Legt man nicht allzu dünne Knackwurst- oder Extrawurst-Scheiben (samt Haut) auf den Rost, wölben sich diese zu kleinen Schüsserln, die man beispielsweise mit Frischkäse und geschnittenem Gemüse füllen kann.



HEISSER TIPP AMA GRILL CLUB

Einen Versuch wert sind auch Weißwürstel am Grill. An sich zum Garen in heißem Wasser gedacht, mutiert diese Spezialität bayerischer Herkunft über der Holzkohle zu einer typisch schweizerischen. Denn dann wird sie der delikaten „Kalbsbratwurst" sehr ähnlich, die früher in Zürich an fast jeder Straßenecke gegrillt wurde. Nur passt bei dieser Zubereitungsform statt dem sonst obligaten süßen bajuwarischen eher Dijon-Senf zur Weißwurst, und als Beilage entweder Brot (keine Semmeln!) oder Kartoffelsalat mit Senfmayonnaise.

AGRARMARKT AUSTRIA



nicht durch unnötig große und ausdauernde Hitze das Wasser zu entziehen. Mit Sorgfalt gegrillt, platzen sie nicht auf und es kommt auch nicht zu den berüchtigten, faltigen „Schrumpel-Würsteln". Damit sich die delikaten Röstaromen der Fleischkaramellisierung voll entfalten können, legt so mancher Profi seine Würstel sogar auf eine Gusseisenplatte auf dem Grill, um eine durchgängige Bräunung der Kontaktflächen zu erreichen.
Als Beilage sehr zu empfehlen ist übrigens Senf - nicht nur als ideale geschmackliche Ergänzung, sondern vor allem auch aus gesundheitlichen Gründen. Die in den Senfsaaten enthaltenen komplexen Substanzen neutralisieren eventuell vorhandene Nitrosamine und machen das enthaltene Eiweiß und Fett bekömmlicher.

Geflügel mit Möglichkeiten

Die Pute (alias Truthahn) bietet mehr als das „White Meat" ihrer Brust, das als ganzer Braten auch auf dem „GrillZeit"-Rost gelandet ist (Seite 26) und aufgrund ihres kaum vorhandenen Fettgehalts vortreffliche Basis zahlreicher Grillgerichte für angespannte Kalorien-Budgets ist.

Text: Kiki Sabitzer / Michael Schubert
Fotos: AMA Marketing



Puten Appetit!

Natürlich ist die Truthahnbrust zu recht für ihre unkomplizierte und delikate Eignung für eine Vielzahl von Grillgerichten beliebt. Wobei übrigens das „Prinzessfilet" das allerbeste Stück darstellt und eine entsprechend vorsichtige Behandlung und kurze Garzeit braucht.
Kräftiger im Geschmack und Biss, sowie ein wenig fettreicher (was beim Grillen durchaus von Vorteil ist) ist allerdings das Fleisch der Putenkeulen, das schon farblich seine Differenzierung zum Brustfilet deutlich signalisiert. Sein dunkles Rot erinnert sogar ein wenig an Rindfleisch – und tatsächlich eignet sich die Keule sehr gut für Steaks, Spieße und andere Verwendungen mit kräftiger Würze und ebensolchen Grillmarkierungen.
Immer öfter im Handel zu bekommen sind erfreulicherweise Scheiben von der Unterkeule mit dem Knochen in der Mitte, die optisch sehr an „Osso buco" erinnern, jedoch mit deutlich kürzeren Garzeiten (nur 6 bis 7 Minuten) eine wesentlich bessere Eignung für den Grill bieten. Die Haut am Rand wird dabei sehr knusprig – sollte aber eingeschnitten werden, um ein Wölben der Steaks zu verhindern.



Ganz und gar. Wenn Zeit keine Rolle spielt, oder aber sogar Bestandteil des kulinarischen Ritus darstellt, ist auch die ganze Pute eine sehr interessante Option. Natürlich sollte man hier schon aus Platzgründen eher zur „Babypute" greifen, denn ein ausgewachsener Truthahn sprengt selbst den räumlichen Rahmen eines ordentlichen Kugelgrillers. Und ohne Deckel ist bei diesem Projekt ohnehin nichts zu holen.



GRILL WAS PUTES!

Jetzt kann der Grillgusto kommen. Mit der Pöttelsdorfer Edelpute starten Grillfans leicht und raffiniert-würzig in die Saison. Mit Barbecue-Bruststeak, Hirten- und Bauernsteak, Würstelminis, Grill- und Sateespießen sind Sie dabei!



KOTSCHEVER



Quick & clean. Immer stärker wird auch die Nachfrage nach sogenannten „Convenience“-Produkten von der Pute, also fertig Aufgespießtes, Gerolltes, Gewürztes, bei dem sich der Arbeitsaufwand auf das Öffnen der Packung beschränkt. Zusammen mit den kurzen Garzeiten des Geflügels ein echtes Argument für schnelle Grill-Entscheidungen.

Spießig. Ein Grill-Klassiker aus Fernost, für den die Pute eine Idealbesetzung darstellt, sind die „Saté“-Spießchen, die entweder ganz traditionell mit Erdnusssauce, im Teriyaki-Stil oder schlicht mit käuflich erworbenen Saucen serviert werden. Optimal sind dafür Holz- oder gar Bambus-Spieße, auf die Streifen vom Brustfilet wellenförmig aufgespießt werden. Die fertigen Spieße warten mindestens zwei Stunden, besser noch über Nacht (natürlich im Kühlschrank) in Teriyaki-Sauce oder einer einschlägigen Marinade auf ihre Bestimmung.

Turkey Wings. Ein echter Tipp für all jene, die auf Chicken Wings stehen, aber sich mehr Substanz am Knochen wünschen, sind die Flügel der Pute. Analog den vergleichsweise winzigen Hühnerflügeln mariniert und scharf gewürzt, bieten die „Turkey Wings“ viel aromatisches Fleisch und ebensoviel knusprige Haut.



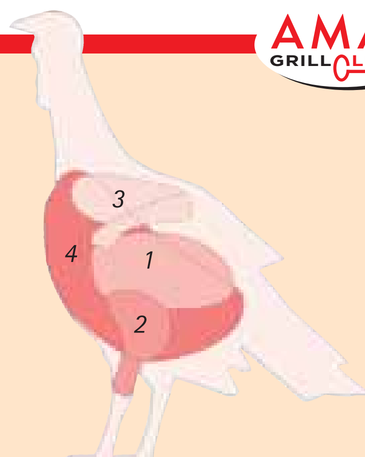
WARENKUNDE

AMA GRILLCLUB





Der Truthahn – heute meist kurz Pute genannt – ist, wie so Vieles auf unserem Speiseplan, ein Kolonialimport vom amerikanischen Kontinent, wo er bis heute noch einen wesentlich größeren Stellenwert als in Europa hat. Die Größe der Tiere differiert sehr stark nach Rasse, Geschlecht und Alter. So ist die „Minipute“, die als einzige im Ganzen auf dem Grillrost denkbar scheint, mit rund 3 Kilogramm ein besonders junges (10 Wochen) zartfleischiges und kleines Exemplar, während ein ausgewachsener Hahn schon 13 Kilo und mehr auf die Waage bringen kann.



1 Oberkeule 2 Unterkeule
3 Flügel 4 Brust

AGRARMARKT AUSTRIA

Will das Werk den Meister loben – müssen die Voraussetzungen stimmen. Das Produkt macht den Unterschied!

HERMINE WECH's
KÄRNTEN
Kärntner Bauerngeflügel

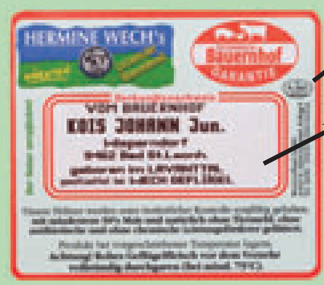
Grillhendl vom Wechbauern...



www.wech.at

… natürlich aus Österreich!

Erfahrene Grillmeister wissen, wie saftig und zart eine Hendlbrust sein kann. Sie wissen auch, dass der Erfolg nicht nur vom eigenen Können, sondern von der Qualität des Fleisches abhängt. Daher achten Sie beim Einkauf besonders auf das Etikett. Wenn Wech draufsteht, ist Bauernhofqualität drin. Achten auch Sie darauf!



AT
K-302
EWG
Staatlich kontrolliert

Herkunftsnachweis!

AT - steht für Österreich
K - steht für Kärnten
und die Zahl 301 und 302 für die WECH-Schlacht-betriebe in Glanegg und St. Andrä in Kärnten

Mehr Sicherheit - mehr Genuss:
Achten sie auf den Herkunftsnachweis am Etikett.



Die Wech Genussgarantie:

- ✓ Bester Geschmack
- ✓ Geflügel aus Österreich
- ✓ Direkt vom Wechbauern
- ✓ Tiergerechte Bodenhaltung mit viel Sonnenlicht
- ✓ Strengste Kontrollen

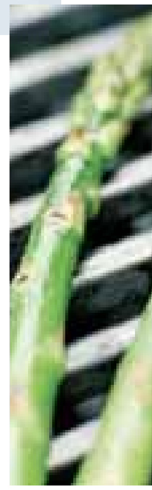


Frisch, bunt, gesund

Auch im wahrsten Sinne eingefleischte Grill-Freunde wissen pflanzliche Kost auf dem Rost zu schätzen. Und speziell für die Damenwelt spielt Gemüse sogar oft die erste Geige beim „Menüett". Und das nicht nur aus gesundheitlichen Gründen.

Text: Kiki Sabitzer **Fotos:** AMA Marketing

Junges Gemüse



Klarerweise ist die bewusste Ernährung ein gutes Argument für Gemüse am Grill. Denn gerade bei dieser schnellen, fett- und wasserfreien und damit schonenden Zubereitung kommen die wichtigsten Nährstoffe der verschiedenen Gemüsesorten voll zur Geltung. Gemüse und Obst sind bekannt als wichtige Vitamin-, Mineral- und Spurenelementelieferanten, weniger bekannt ist allerdings, dass die wahren gesundheitlichen Heldentaten die sogenannten „bioaktiven Pflanzenstoffe" dann verrichten, wenn sie (richtig) gegart wurden.
All das, was wir beim Gemüse und Obst sehen, riechen und schmecken – die bunten Farben, den verlockenden Geruch und die feinen Aromen – dient nämlich nicht nur unseren Sinnen, sondern schützt den Körper vor gefährlichen Krankheiten. Das herrliche Rot reifer Tomaten etwa, für den der Pflanzenschutzstoff Lykopin verantwortlich ist, wirkt im gekochten Zustand antioxidativ und erschwert es aggressiven freien Radikalen unsere Zellen anzugreifen. Auch die Zwiebel ist ein wichtiger Verbündeter im Präventivkampf gegen Krebs. Verantwortlich dafür sind Quercetin und Sulfide, die im Körper als Krebsschutzfaktoren wirken können.

Wichtig ist hier jedoch auch der Frische-Faktor: Gemüse, aber auch Salat sollte beim Einkauf möglichst sorgfältig ausgewählt werden, denn die wertvollen Inhaltsstoffe sind licht- und wärmeempfindliche Schätze. Greifen Sie zu jenen Produkten, die noch keine langen Lagerungen und Wege hinter sich haben. Regionalität und Saisonalität sind hier die beste Garantie dafür, dass Sie wirklich nährstoffreiche, gesunde Ware und nicht nur „leere Hülsen" kaufen. Eine Orientierung bietet unser Saisonkalender.

Aromabooster. Aber auch kulinarisch passt Gemüse perfekt auf den

SAISONKALENDER AMA GRILLCLUB

	Jänner	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Broccoli					F	F	F	F	F	F		
Chinakohl	L	L	L			F	F	F	F	F	F/L	L
Eissalat				G	G	F	F	F	F	F/G	G	
Endivie							F	F	F	F	F	
Gurke, Freiland							F	F	F			
Karotten	L	L	L	L	L	F	F	F	F	F/G	G	G
Kopfsalat		G	G	G	F	F	F	F	F	F/G	G	G
Paprika, grün					G	G	G	G	G	G		
Paprika, gelb/rot							G	G	G	G		
Paradeiser				G	G	G	G	G	G	G	G	G
Petersilie	G	G	G	F	F	F	F	F	F	F	G	G
Radieschen	G	G	G	G/F	F	F	F	F	F	F/G	G	G
Schnittlauch	G	G	G	G	F	F	F	F	F	F	G	G
Zucchini						F	F	F	F	F		
Jungzwiebel				F	F	F	F	F	F	F		
Vogerlsalat	G	G	G	G	F	F	F	F	F	F/G	G	G

G = Glashaus bzw. Folienhaus F = Freiland L = Lagerware

AGRARMARKT AUSTRIA

Grill. Denn die Röststoffe und der Wasserentzug aktivieren und verstärken den Geschmack der allermeisten Gemüsesorten in frappanter Weise. Und wer etwa bereits **Spargel** vom Grill (mit etwas Olivenöl bestrichen) gegessen hat, kann sich über jenen aus dem Wasserbad nicht mehr wirklich freuen.
Aber auch **Auberginen** und **Zucchini** gelingen am Grill besser als sonst wo. Wichtig ist es allerdings, diesem Gemüse schon im Vorhinein durch das Salzen der eher dünn geschnittenen Scheiben Wasser zu entziehen. Dann unbedingt mit der Küchenrolle trockentupfen – und kurz rauf auf den heißen Grill. Die Zucchini sind dann fertig, wenn das Grün der Schale richtig kräftig wird und die Scheiben beidseitig eine sichtbare Grillmarkierung aufweisen. Und erst in der Servierschale kommen kalt gepresstes Olivenöl, sowie frische Kräuter auf das Grillgemüse. Was übrigens genauso für Auberginen gilt, die man jedoch so lange am Grill lassen sollte, bis ihr Fruchtfleisch wachsig wirkt.



Andersrum funktioniert die Sache bei **Radicchio:** Die kleinen Köpfe dieses roten Bitter-Salates werden nämlich geviertelt, die Schnittflächen fest mit Olivenöl und einer ordentlichen Prise Salz eingerieben, bevor es auf den Rost geht. Die Schnittflächen sollte man schön bräunen, bevor man die Radicchio-Viertel auf der Außensseite fertig gart. Dabei darf das äußere Blatt ruhig ankohlen – es wird vor dem Servieren einfach entfernt. Und das verbleibende Herz mit jetzt nur mehr verhaltenem Bitteraroma ist eine Köstlichkeit, die sogar ein wenig an Artischocken erinnert, die übrigens ganz ähnlich zubereitet werden können.





Erdäpfelkosmos

Friedrich der Große drohte mit Stockhieben denjenigen, die sie nicht essen wollten. Heute haben die Erdäpfel ihren festen Platz in der österreichischen Küche und auf dem Grill sind sie sogar mit Abstand liebster Kohlehydrate-Lieferant der Nation.

Text: Kiki Sabitzer **Fotos:** AMA Marketing

Patatendrang

Ein Blick auf die Inventarliste an Vitaminen und Mineralstoffen zeigt, dass dieser Platz auch ernährungswissenschaftlich gerechtfertigt ist: Denn neben den Vitaminen C, B_1, B_2, B_6 liefern Erdäpfel wichtige Mineralstoffe wie Magnesium, Kalium und Eisen, sowie die nötigen Kohlehydrate als Ergänzung zum Protein des Fleisches oder Fisches. Und Ballaststoffe obendrein.

Besonders für den Grill zu empfehlen sind unter anderem **Heurige Erdäpfel.** Geerntet von Ende Mai bis Anfang Juni sind sie nicht nur prallvoll mit Nährstoffen, sondern haben auch einen hohen Wassergehalt, der sie auch bei starker Hitzeeinwirkung weitgehend runzelfrei bleiben lässt und zudem günstig für eine schnellere Garung ist. Da die Heurigen außerdem noch besonders dünnhäutig sind, können und sollen sie unbedingt mit der wertvollen Schale auf den Tisch. Denn direkt darunter verstecken sich die meisten Vitamine, die man beim Schälen verlieren würde.
Ein Klassiker für den Grill ist natürlich auch der **Ofenerdapfel.** Während man diesen in der anglophilen Variante mit weichem, fast cremigem Fruchtfleisch bevorzugt, dürfen sie hierzulanden schon etwas fester sein. Aber tendentiell mehlig jedenfalls - dafür eignen sich also Sorten wie „Agria“, „Marabel“ und „Tosca“, während „Ditta“, „Kipfler“ und Konsorten eher für den Salat taugen. Optisch recht attraktiv sind auch rotfleischige Sorten, wie „Violetta“ oder die rotschalige „Laura“, die von



Topgastronomen gerne als Chips-Spezialität zubereitet werden.

In jedem Fall aber gilt, dass man der Zubereitung der Erdäpfel mehr Aufmerksamkeit schenken sollte, als

dies gemeinhin der Fall ist. Denn das (Vor)Kochen ohne Schale ist nicht nur nährwertiger Unsinn, sondern wäscht auch den Geschmack gründlich mit aus. Das Dämpfen in einem Einsatz ist dem Kochen im Wasser in jedem Fall vorzuziehen.
Für den Grill empfiehlt es sich jedenfalls, die Erdäpfel etwas vorzukochen, denn wenn man diese ausschließlich in der trockenen Hitze des Grillers gart, wird ihnen zuviel Wasser entzogen und die Haut wird unattraktiv runzelig, das



Fruchtfleisch spröde. Eine andere Geschichte ist natürlich das urige Garen der Erdäpfel in der Glut (in Alufolie), bei der die Haut regelrecht verkohlen darf, um dann vor dem Verzehr abgeputzt zu werden.

Für Zeitlose, Ungeduldige und Bequeme gibt es auch noch die Convenience-Angebote, die sich mehr und mehr im Handel finden: vorgekochte und anschließend gekühlte oder gar tiefgekühlte Erdäpfel, die nur mehr auf den Rost müssen, um dort Farbe zu nehmen.

HEURIGE IM SALBEI-SPECK-MANTEL



Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für vier Personen:
- *20 kleine heurige Erdäpfel (ca. 1 kg)*
- *4 EL Öl*
- *15 dag Hamburgerspeck*
- *Frischer Salbei*
- *Zahnstocher*
- *Pfeffer und grobes Meersalz*

Zubereitung: Erdäpfel gründlich abbürsten, waschen und nicht ganz gar kochen. Danach mit kaltem Wasser abspülen. Salbei waschen und etwa 20 Blättchen abzupfen. Jeden Erdapfel mit je einem Salbeiblätchen belegen und mit einer Scheibe Hamburgerspeck (oder besser noch Rohschinken) umwickeln. Mit Zahnstocher fixieren. Speck und Erdäpfel mit Öl bepinseln und rundherum knusprig grillen. Immer wieder wenden und ab und zu mit Öl bestreichen. Mit Pfeffer und Salz würzen.

OFENERDÄPFEL MIT GEREIFTEM BERGKÄSE

Zubereitungszeit: 15 Minuten, Grillzeit: 45 Minuten
Zutaten für vier Personen

- *4 große Erdäpfel*
- *1 EL Olivenöl*
- *$^1/_4$ TL Salz*
- *2 EL Butter*
- *50 g gereifter Bergkäse, fein gerieben*
- *4 EL Sauerrahm*
- *2 EL frische Schnittlauchröllchen*
- *$^1/_4$ TL Cayennepfeffer*
- *frisch gemahlener Pfeffer*

Zubereitung: Die etwas vorgekochten Erdäpfel an der Oberseite kreuzweise einschneiden, in eine Grillschale legen, mit Olivenöl beträufeln und mit Salz bestreuen. Indirekt bei mittlerer Hitze, oder direkt bei geringer Hitze etwa 45 Minuten, unter mehrfachem Wenden grillen, bis die Erdäpfel weich und beim Anschnitt aufgesprungen sind. Das Innere von dort teilweise herauslösen und mit Butter und Käse vermischen. Die Masse zurück in die Schale füllen, je einen Esslöffel Sauerrahm draufsetzen und mit Schnittlauch, Cayennepfeffer und Pfeffer bestreuen.

WARENKUNDE

AMA GRILL CLUB



Nur rund 50% der Erdäpfelernte kann als „Premiumqualität" vermarktet werden - und das ist natürlich nicht das Sonderangebot in der Schütte. Dass es sich aber in jedem Fall auszahlt, zur Topqualität zu greifen, ist auch aus kulinarischer Sicht erklärbar. Denn heimische Erdäpfel mit Klasse bergen im Inneren keine Überraschungen, wie dunkle Flecken oder stockige Teile, die sich geschmacklich ebenso nachteilig bemerkbar machen wie optisch. Das Fruchtfleisch ist fest und von kontrolliert gutem Aroma. „Verzuckerungen", wie sie durch ungeeignete (zu kühle oder zugige) Lagerung entstehen, werden durch die strengen Kontrollen der Premiumanbieter genauso ausgeschlossen, wie Fehler, die durch falsche oder zu reichliche Düngung und Spritzung entstehen. Denn selbst die Anbaukriterien sind Bestandteil dieser Qualitätssicherungssysteme.


KOTÁNYI
WAS TÄT I OHNE KOTÁNYI
Jetzt Neu -
Flüssigmarinaden zum Grillen
15 - 20 Min.
Marinierzeit
Fettarm
flüssig & fertig
KOTÁNYI
flüssig & fertig
Marinade
Kotelett
KOTÁNYI
flüssig & fertig
Marinade
Geflügel
KOTÁNYI
flüssig & fertig
Marinade
Steak
In 3 Sorten
Je für 600 g Fleisch
Ideal zum Grillen
www.kotanyi.com



Würzen & Marinieren

Würzen Sie reichlich. Nicht nur aus gesundheitlichen Gründen, sondern auch um des Geschmackes willen. Denn fast ein Viertel der Gewürze fallen beim Grillen buchstäblich durch den Rost.

Text: Michael Schubert
Fotos: AMA Marketing / PRODUKT

Aroma-Therapie

Also verpassen Sie ihren Steaks ruhig eine sehr würzige Abreibung und fürchten Sie sich auch nicht vor scharfen Sachen. Denn über der Glut wird selbst Chili recht zahm.
Beim Salzen sollten Sie allerdings etwas zuwarten. Speziell Kurzgebratenes sollte erst einige Minuten vor dem Grillen gesalzen werden, um nicht den Saft aus dem Fleisch zu ziehen.
Eine Ausnahme sind hier allerdings die Salz-gesättigten Laken für spezielle



Beizmethoden (Brining etc.) für Fisch und magere Braten. Und natürlich gilt dies auch für Gemüse wie Zucchini und Auberginen, bei denen das Einsalzen der Entwässerung und Geschmacksintensivierung dient.
Marinaden sind gerade beim Grillen eine ideale Methode, um Fleisch saftig und würzig zu machen. Das gilt nicht nur für Barbecue-Klassiker wie Spareribs oder Chicken Wings, sondern auch für vermeintlich einfaches Grillgut wie Koteletts oder Steaks.
Mit Vorsicht zu genießen sind die beliebten Ölmarinaden speziell beim direkten Grillen. Wird das Würzöl nämlich nicht sehr gründlich wieder abgetupft, sorgt es beim Abtropfen auf die Glut für jene Rauch- und Flammenentwicklung, vor der uns die Ernährungswissenschaft völlig zu recht warnt. Beim indirekten Grillen oder für sehr magere Fleischstücke machen Ölmarinaden jedoch durchaus Sinn. Sehr schmackhafte und saftige Resultate bringen beispielsweise Marinaden auf Basis von Joghurt oder Buttermilch, die sehr gut mit orientalischen Gewürzen wie Curry, Kardamom, Gelbwurz, Kreuzkümmel, aber auch Chili und Pfeffer harmoniert. Eine delikate Variante indischer Provinienz namens „Tandoori" passt sowohl für Geflügel, als auch für Lamm ganz hervorragend:

Das marinierte Fleisch sollten Sie bei längerer Beizdauer natürlich im Kühlschrank aufbewahren – vor dem Grillen muss es allerdings rechtzeitig raus und mit Zimmertemperatur auf den Grill. Das verkürzt den Garvorgang und bringt bessere Ergebnisse.

TANDOORI GRUNDREZEPT

500 g Joghurt
2 Esslöffel Zitronensaft
1 EL frisch geriebener Ingwer
3 gehackte Knoblauchzehen
2 Teelöffel Paprikapulver (edelsüß)
2 Teelöffel Salz
1/2 Teelöffel Zimtpulver
1/2 Teelöffel gemahlene Gewürznelken
1 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel
Schwarzer Pfeffer gemahlen

NATÜRLICHE ZARTMACHER

AMA GRILLCLUB

Das Enzym Papain, das etwa in Ananas, Papayas, aber auch Kiwis enthalten ist, löst die Kollagenfasern auf, und macht Fleisch deutlich mürber. Aber dieser Vorgang benötigt schon ein paar Stunden. Leider wird dieses Enzym bei höheren Temperaturen zerstört - Dosensäfte sind daher wirkungslos, der Saft muss in jedem Fall frisch sein.



Grillprofi Johann Stabauer

AGRARMARKT AUSTRIA



MAUTNER MARKHOF

Schmeckt. Perfekt!

Seit 1841



Österreichs erste komplette Grillwürzpalette.

Alles grillt, allen schmeckts! So würzig und g'schmackig war Gegrilltes noch nie. 4 Saucen, 4 Senfsorten und 3 Senf-Marinaden machen Grillen zur Grillmania. Sie können's drehen und wenden wie Sie wollen: Alles schmeckt perfekt.



Feste feiern, wie sie fallen

Für Spätberufene, Wetterskeptiker, Spontane und andere Kurzentschlossene, sowie die schweigende Mehrheit der Arbeitsverweigerer gibt es neuerdings interessante Marinaden-Angebote, die den Zeitaufwand in den Marginalbereich drücken.

Text: Michael Schubert
Fotos: AMA Marketing / PRODUKT / Mautner Markhof / Kotányi

Marinaden für Spontane

Die Marinade ist ja an sich ein Langzeitprogramm. Nicht nur die Zubereitung erfordert Zeit, sondern vor allem die Wirkung: Nur rund einen Zentimeter pro 24 Stunden legen herkömmliche Rezepturen auf ihrer Reise in das Innere des Fleisches zurück. Zu lange also oft, um die Grillfeste zu feiern, wie sie fallen.



Abhilfe schaffen hier brandneue Produktkonzepte zweier österreichischer Hersteller, die vor ein paar Wochen fast zeitgleich mit High-Speed-Marinaden in die Supermärkte kamen. 20 bis 30 Minuten gilt es hier nur mehr zu warten, bis die Steaks ihre Würze verinnerlicht haben, gleiches gilt für Geflügel und Koteletts. Denn diesem Führungstrio der Frischfleisch-Charts am Grill sind beide Produktlinien gewidmet. Und beide kommen ohne Öl als Basis aus, also auch ohne zusätzliche Kalorien und ohne die Gefahren schädlicher Rauchbildung durch das abtropfende Fett.



Dennoch sind die beiden Wettbewerber um die Gunst der Komfortorientierten recht unterschiedlich im Ansatz. Mautner Markhof setzt auf Senf als Transportmittel der jeweiligen Gewürze, Kotanyi auf schlichtes Wasser. Jeweils addiert um eine spezielle Gewürzmischung, die für das eigentliche Geschmackserlebnis sorgt. Zwar schnitten beide Mitbewerber beim GrillZeit-Praxis-Test ausgesprochen gut ab, doch schmecken sie grundverschieden. Was die Qual der Wahl genüsslich vergrößert.

SENF AM GRILL

Jean Louis Varvier, Marketingleter des Wiener Feinkost-Klassikers Mautner Markhof gibt seinen Senf nicht ohne Grund zu seinen neuen „Grillmania"-Marinaden: „Senf ist aufgrund seiner natürlichen Eigenschaften sehr gut dazu geeignet, die Fleischfasern zu entspannen und mürber zu machen. Außerdem unterstützt er die Aromen der Gewürze, bleibt selbst aber nach dem Grillen dezent im Hintergrund!" Wer also das Senfaroma mag, muss diesen schon auf klassische Weise konsumieren – und kann beim neuen „Grillmania"-Sortiment aus dem Vollen schöpfen, das neben den drei Marinaden auch vier Sorten Grillsaucen und vier Senfsorten enthält. Etwa mit dem Krensenf, der wirklich die knackige Schärfe frischen Meerrettichs bringt. Oder mit dem Zwiebelsenf, bei dem man die Stückchen tatsächlich zwischen den Zähnen spürt.
Und noch eins: Senf ist auch aus gesundheitlichen Gründen ein idealer Begleiter für Gegrilltes. Neue Erkenntnisse belegen, dass er Schadstoffe, die beim unsachgemäßen Grillen enstehen können, neutralisiert.

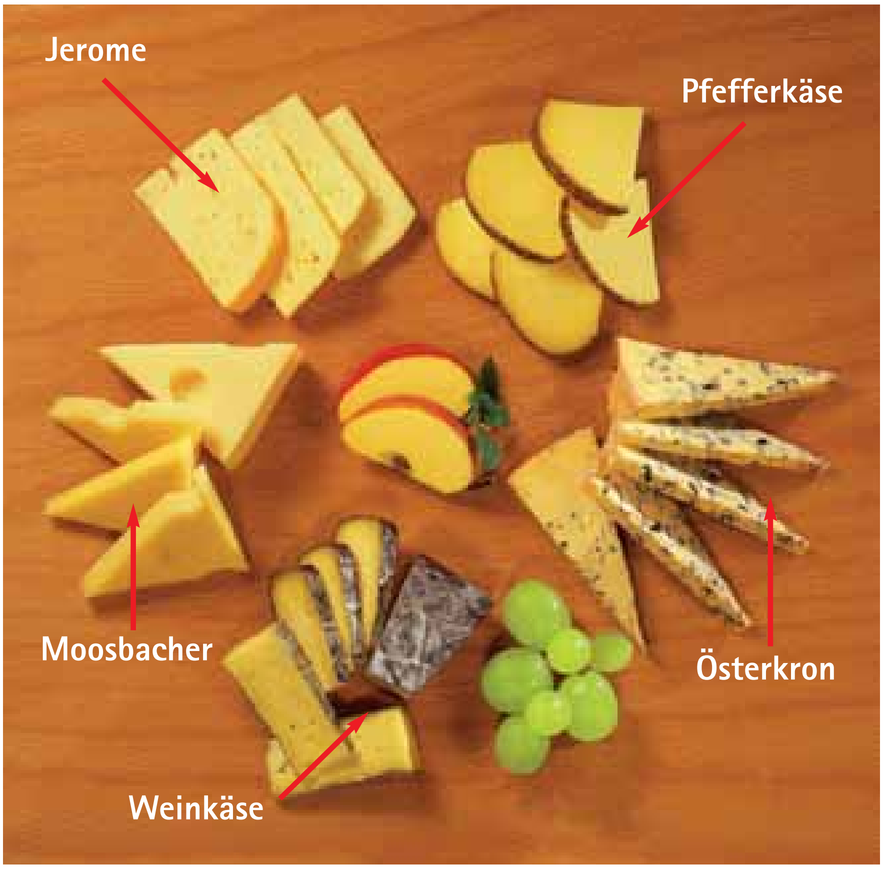


Würziges Finale

Käse zum Schluss

Warum nicht einmal als Abrundung eines schmackhaften Grillmenüs eine Käseplatte servieren? Hier finden Sie die wichtigsten Tipps – von der Sortenauswahl bis zur Mengenplanung.

Text: Brigitte Rechberger
Fotos: Berglandmilch, Tirol Milch



Nachdem es beim Grillen zumeist eher würzig zugeht, sollte auch die Käseplatte der vorangegangen Hauptspeise hinsichtlich Geschmacksintensität um nichts nachstehen. Eine kleine Auswahl an passenden Käsesorten, zusammengestellt von Josef Stiendl, Käsesommelier der Berglandmilch, finden Sie am nebenstehenden Bild. Beim Auflegen des Käses gilt: Stellen Sie sich die Käseplatte als Ziffernblatt einer Uhr vor. Beginnen Sie bei 6:00 Uhr und reihen Sie die Käsesorten von mild bis würzig im Uhrzeigersinn auf. Übrigens sollte der Käse beim Verzehr Zimmertemperatur erreicht haben. Es empfiehlt sich also, die Platte mindestens eine Stunde vorher aus dem Kühlschrank zu nehmen.

Wie viel? Als Richtwert für die einzukaufenden Mengen gilt: Findet die Grillparty im kleineren Rahmen statt (zwei bis neun Personen), so sollten mindestens fünf Käsesorten gereicht werden, für zehn bis 19 Personen ist es schon ratsam, acht verschiedene Sorten zu besorgen. Und wer im großen Stil mit mehr als 20 Personen grillt, sollte seinen Gästen eine Auswahl von zumindest zehn Käsesorten bieten. Pro Person sind etwa 100 bis 150g einzuplanen.

Übrigens kann Käse selbst natürlich auch gegrillt werden. Besonders gut eignet sich Schaf- oder Ziegenkäse. Weichere Sorten dürfen natürlich ebenfalls zum Einsatz kommen, allerdings empfiehlt es sich, diese nicht direkt auf den Rost zu legen. Am besten verwendet man eine spezielle Alu-Grillschale. Im Handel finden sich jedoch auch spezielle Grill-Produkte, wie beispielsweise das „Tiroler KäseSteak“, das fast ohne Vorbereitungsarbeit auf dem Rost platziert werden kann.

KÄSE-GEMÜSE-SPIESS VOM GRILL

Pro Portion:
150 g Tiroler KäseSteak mediteran – in Würfel geschnitten
60 g Zucchinischeiben
60 g Tomatenscheiben
2 Champignonköpfe
Öl, Salz, Pfeffer, Rosmarin



Zubereitung: Die Zutaten abwechselnd auf einen Spieß stecken. Mit Öl bestreichen, nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen und auf beiden Seiten grillen. Dazu passen Petersilerdäpfel und knackige Blattsalate.

Dufte. Wer sich beim Feuer machen gerne helfen lässt, auf den „Duft" herkömmlicher Anzünder-Würfel dabei aber verzichten möchte, kann nun auf die neuen geruchlosen „Fauch Express-Anzünder" zurückgreifen.



Starke Leistung 2.200 Watt und ein Deckel wie bei den Großen, sorgen beim neuen kompakten Elektrogrill Q 140 von Weber für ein Grillergebnis, das man bisher bei Geräten für die Steckdose meist vermisste. Und das ohne Rauchentwicklung sowie auf kleinstem Raum.



Kratzbürstig Messing-Borsten sorgen bei den Grillbürsten von Weber für ein sauberes Ergebnis, bei schonender der Reinigung von Edelstahl, porzellanemaillierten oder verchromten Rosten. Praktisch ist die neue dreiseitige Form: Sie gewährleistet eine optimale Reinigung auch an schwer zugänglichen Stellen.



Mobiler Mini-Griller Der gasbefeuerte „City Grill" von Outdoorchef ist in wenigen Minuten eingepackt und lässt sich bequem transportieren. Grillen bei der Nachbarin am Balkon? Kein Problem, denn die patentierte Trichtertechnologie sorgt dafür, dass kein lästiger Rauch entsteht.



Pizza vom Grill Einen Pizzastein aus Speckstein gibt es nun von Weber in den Varianten rund oder eckig. Der Stein muss nur im heißen Griller in 15 Minuten auf die richtige Temperatur gebracht werden, dann geben Sie den Pizzateig darauf und belegen nach Wahl.



Dicht-Kunst. Zum Marinieren von Fleisch sind die „Allround Zipper" von Toppits besonders praktisch: Einfach Fleisch und Marinade einfüllen, die Beutel lassen sich mit dem sogenannten „Ziploc"-System wie mit einem Reißverschluss dicht verschließen.



Robust. Mit herkömmlicher Alu-Folie kann man beim Grillen so manche Enttäuschung erleben, denn speziell zum Einwickeln größerer Fleischstücke sind Standardprodukte zumeist weder groß noch stark genug. Die „Grill-Alu-Folie" von Alu Fix ist da ganz anders, nämlich extra breit und natürlich reißfest.



Grill-Käse. Das „Tiroler KäseSteak" ist ein Schnittkäse aus bester Tiroler Alpenmilch, der sich besonders gut zum Grillen, Braten und Backen eignet, da er beim Erhitzen nicht schmilzt. Zwei Geschmacksrichtungen stehen zur Wahl: das klassische „Tiroler KäseSteak natur" und die Sorte „mediterran mit feinen Kräutern".



All in one. Spitz bietet für Grillparties ein praktisches „Barbecue Package" an, das unter dem Motto „Alle guten Dinge sind 4+" „Estragon Senf", „Kremser Senf", sowie Ketchup in den Varianten „mild" und „hot" enthält . Die hochwertige XL-Klickbox ist Geschirrspüler- und Mikrowellen-fest und im Haushalt vielseitig wiederverwendbar.





Superleicht. Etwas Besonderes sind die „Wellness-Griller" von Berger. Sie bestehen aus extrem magerem Rind- und Schweinefleisch, sind mit Naturgewürzen verfeinert und schmecken wirklich vollmundig und fleischig. Dabei liegt der Fettgehalt bei extrem niedrigen 2%. Die kleinen Würstchen sind außerdem noch gluten- und laktosefrei .

Hauptrolle. Ergänzend zur beliebten „Kräuterbutter" von Schärdinger gibt es in dieser Saison auch noch eine feine „Knoblauchbutter". Sie basiert ebenso auf „Österreichischer Teebutter", schmeckt wie hausgemacht und steckt in der praktisch portionierbaren 125g-Rolle.



Komplettausstatter. Mautner Markthof bietet unter dem Namen „Grillmania" ein komplettes Marinaden-, Saucen- und Senfsortiment an.



Die „Grillmania Senfmarinaden" sind fix & fertig und extra schnell. Sie müssen nur 30 Minuten einziehen, schon geht's ab auf den Rost. Die drei Varianten: „Italienische Kräuter für Steak", „Knoblauch für Kotelett" und „Chili für Chicken Wings".



Bei den Grillsaucen sorgen vier Sorten für Abwechslung: Eine mit Joghurt verfeinerte „Sauce Tartare", die „Chili Hot Sauce", sowie „Knoblauch" und „Sour Cream" - zwei beliebte Klassiker zu Erdäpfeln & Co.

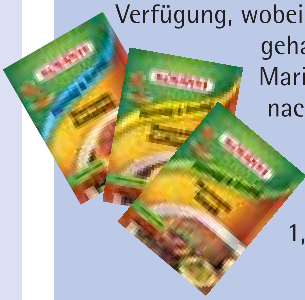


Zur Wahl stehen ferner ein feiner Senf mit großen, knackigen „Zwiebel"-Stückchen, ein „Kren Senf" mit frisch geriebenem Kren, ein scharfer „Pfefferoni Senf" sowie die Senf-Geschmacksrichtung „BBQ".

Maximale Convenience. Auch beim Grillen besonders praktisch sind „Die schnellen Erdäpfel" der Firma Holzmann. Bereits geschält und gedämpft und sofort nach der Verarbeitung schonend tiefgekühlt, sind sie Erdäpfel aus der 750g-Packung beliebig portionierbar und schmecken am besten, wenn man sie – mit etwa Öl in Alufolie gewickelt – in der Glut gart.



Blitz-Marinade. Sehr praktisch sind die neuen „flüssig & fertig Marinaden" des Gewürz-Spezialisten Kotányi. Denn das Fleisch muss damit jetzt nur noch 15 bis 20 Minuten mariniert werden. Drei Sorten für „Kotelett", „Steak" und „Geflügel" stehen zur Verfügung, wobei der Fettgehalt der Marinaden je nach Sorte lediglich zwischen 0,6 und 1,4% liegt.



Kopfüber. Das berühmte „Heinz Tomato Ketchup" ist jetzt in einer neuen Kopfsteher-Flasche erhältlich, die nicht nur gut in der Hand liegt, sondern auch durch einen sehr praktischen Verschluss punktet. Dank einer speziellen Silikon-Membran (ähnlich wie bei Honig) wird ein sauberes, punktgenaues Dosieren ermöglicht und gleichzeitig ein unappetitliches Verkleben des Verschlusses verhindert.



Urlaubsfeeling. Von der besonderen Art sind die „Griechischen Bratwürstel" von Radatz, die mit würzigem Schafkäse (original griechischem Feta) und aromatischen Kräutern aus dem Mittelmeerraum verfeinert sind und sogar zum „PRODUKT-Champion 2005" gewählt wurden.



Fix & fertig. Hochwertige Grillprodukte aus österreichischem Putenfleisch gibt es unter der Marke „Hermine Wech's". Zu haben sind beispielsweise marinierte Hühnerfilets in den Sorten „Tosca" und „Florenz" oder auch Truthahn-Steaks in verschiedenen Geschmacksrichtungen, sowie fertige „Geflügel Grillspieße" und „Truthahn Griller".





Die BBQ-Sommeliers

Sommelier schreibt sich wie Sommer. Beim Grillen spielt die richtige Wahl des Getränkes eine ebenso wichtige Rolle wie sonst auch. Tipps und konkreten Rat finden Sie hier bei unseren Experten.

Text: Dr. Klaus P. Postmann / DI Ernst Schreiner
Fotos: AMA / PRODUKT / Almdudler / Christian Schneider / ÖWM

Grillen macht durstig

WEIN-TIPP
G'SPRITZTE



Mitten in den Weinbergen des Südburgenlandes aufgewachsen, beschäftigte sich Dr. Klaus Postmann - inzwischen längst Weinakademiker - als Einkäufer einer großen Verbrauchermarktkette auch beruflich intensiv mit Wein. Heute setzt er sein Know How im Convenience-Geschäft um.

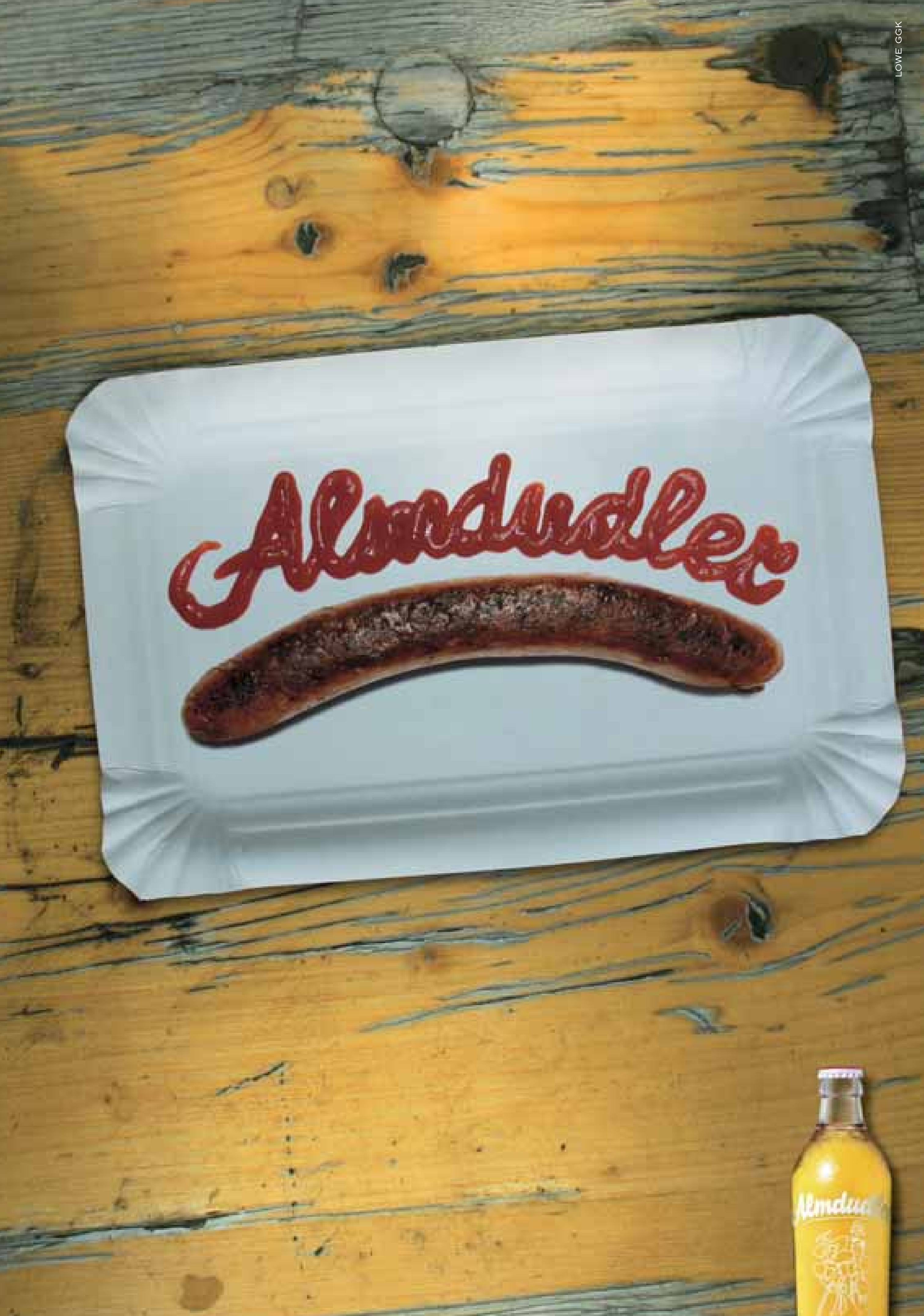
Er ist Teil meines Lebens, der G'spritzte. Die ersten Kontakte knüpften wir in frühen Jugendjahren im Südburgenland, wo es bei jeder Weinkellerrunde den echten G'spritzten gab, Weißwein aus dem Doppler, meist Welschriesling, dazu aus einer Siphonflasche kaltes Sauerwasser, wie das Soda dort noch genannt wurde. Einige Jahrzehnte später und älter begrüße ich die ersten warmen Sonnenstrahlen des Jahres am Markusplatz in Venedig mit einem Aperol Spritz, dem Kultgetränk aus Norditalien mit der so urtypischen österreichischen Bezeichnung.

Er hat immer Saison, der G'spritzte, steht für lustige Sommerparties genauso wie für gesellige Runden am warmen Badeteich.
Er ist, so sagt das heimische Weingesetz, ein Weinmischgetränk aus mindestens 50% Wein und maximal 50% Soda oder Mineralwasser, das Endprodukt muss mindestens 4,5% Alkohol haben. Dass der G'spritzte viel mehr kann, für manche sogar eine Art Wissenschaft darstellt, hätten Sie aber wohl nicht gedacht.
Bei der richtigen Zubereitung eines G´spritzten scheiden sich die Geister: Welche Art von Wasser nimmt man? Was wird zuerst eingeschenkt - Wein oder Wasser? Die genaue Zubereitung des G´spritzten ist regional unterschiedlich, entscheidend ist auf jeden Fall - neben der Qualität des Wassers - die des Weines. Verwenden Sie auf keinen Fall alte, minderwertige oder gar fehlerhafte Weine, jede Beeinträchtigung wird durch Zugabe von Wasser und Kohlensäure noch intensiviert. Scheuen Sie sich hingegen nicht, einen preislich attraktiven, einfachen Landwein zu nehmen, eine Weinkategorie, die vielfach qualitativ unterschätzt wird, dennoch perfekt zum Spritzen passt.
Neben dem weißen G'spritzten, bevorzugt aus leichtem Grünen Veltliner oder Welschriesling, gibt es auch den roten G'spritzten, idealerweise aus Zweigelt oder leichtem Portugieser. Bei einem süßen G'spritzten, oder einer süßen Mischung, wird statt Wasser Kräuterlimonade verwendet. Als Kaiserspritzer wird ein G'spritzter mit einem Schuss Holunderblütensirup bezeichnet.
Die heimische Haubengastronomie schwört auf den Nobel-G'spritzten mit Gelbem Muskateller oder Sauvignon Blanc, wo sich die Exotik der Frucht wunderbar erfrischend über das perlende Wasser verbreitet. Der steirische Schilcher-G'spritzte ist ebenso eine Legende wie der Steinfeder Spritzer aus duftigem Wachauer Riesling.

DREIER-MISCHUNG

Eine sehr gängige und beliebte Alternative zum klassischen G'spritzten ist die sogenannte „Dreiermischung", bestehend aus Wein, Mineralwasser und Almdudler (bzw. Wein und „Almdudler G'spritzt"). Die berühmte österreichische Kräuterlimo gibt dem erfrischenden Sommerdrink eine charakteristische Note und sorgt für einen interessanten, süßlich-herben Geschmack. Selbstverständlich lässt sich Almdudler auch nur mit Wein mischen – wahlweise als „Almdudler Weiß" oder „Almdudler Rot". Und wer es sogar beim Grillen nicht lassen kann, penibelst Kalorien zu zählen, der greift einfach zur Light-Version.




Almdudler
LOWE GGK

Echte Snobs schwören auf die Variante, bei der Sekt oder gar italienischer Prosecco Frizzante statt Wein verwendet wird. Laut Weingesetz illegal, aber bei uns Genießern umso beliebter ist der Sommerspritzer mit zwei Teilen Wasser und einem Teil Wein.
In Deutschland kennt man unter Gespritzter eine Mischung aus Apfelwein und Mineralwasser. In traditionellen Apfelweinwirtschaften wird er in eigenen, gerippten Apfelweingläsern serviert und heute oft als Sauergespritzter bezeichnet, um ihn vom „Süßgespritzten", der mit Limonade gemischt wird, zu unterscheiden. Den klassischen G'spritzten nennen die Deutschen dagegen traditionell Schorle oder Weinschorle.
In Italien längst zum Szenegetränk erkoren wurde der Spritz, ein alkoholhaltiges Mixgetränk aus dem Veneto mit dem absolut unitalienischen Namen. Unter „uno spritz con aperol " oder „con bitter" kennt man in jeder venezianischen Bar folgenden Aperitif: Ein Kelchglas mit Eiswürfeln gefüllt, Weißwein bis zur Hälfte, dann reichlich Likör oder Bitter, am Ende einen Spritzer Soda dazu, daher der Name. Serviert wird mit einer Olive oder Orangenscheibe. Als Likör oder Bitter verwendet wird Aperol, Campari, Cynar oder Pimm's, je nach bitter-Grad. Idealer Weißwein ist natürlich leichter Soave oder Pinot Grigio aus Italien, man kann aber auch Prosecco verwenden.



Zurück in Wien genießt man den einzigen G'spritzten Österreichs, der ausnahmsweise ohne Alkohol getrunken werden darf, dazu ist dieses Getränk einfach zu kultig: Das Obi G'spritzt. Benannt nach dem lange Zeit führenden Hersteller von Apfelsaft in Österreich ist diese Mischung aus Apfelsaft und Mineralwasser zum Gattungsbegriff geworden. Falls sich zum Abschluss jemand fragen sollte, was der G'spritzte mit der wienerischen Bezeichnung „a Gspritzter" zu tun hat? Ein Gspritzter ist in Wien einer, der mit seinem Geld angibt, meistens jemand, der von Beruf „Sohn" oder „Tochter" ist, besser gesagt ein Angeber. Zu dem ein richtiger G´spritzter gar nicht passt. Zum Wohl!

BIER-TIPP
WAHL OHNE QUAL



Ausgerechnet aus dem Weinviertel stammt Braumeister Dipl.-Ing. Ernst Schreiner, der seit 1975 für die Top-Qualität der Stiegl-Biere verantwortlich ist. Als begeisterter und talentierter Hobbykoch engagiert sich Schreiner seit Jahren intensiv für die Harmonie zwischen Speisen und Bier.

Bierliebhaber leben derzeit in goldenen Zeiten. Sie dürfen – wann immer es ihnen beliebt – ein Glas Bier bestellen und werden dabei von niemanden mehr scheel angesehen. Auch Gourmetpäpste haben mittlerweile erkannt, dass Bier zu allen (!) Speisen hervorragend harmoniert, vorausgesetzt es handelt sich um die richtige Sorte!
Besonders gut schmeckt ein kühles Bier natürlich zu Gegrilltem. Grillen ist (meistens) Männersache, dauert seine Zeit und manche Grillchefs vergessen bei ihrer Tätigkeit, dass Bier nicht nur der Kehle gut tut, sondern auch den Speisen. Unzählige Gerichte erhalten durch Bier den letzten Pfiff! Aber das ist eine andere Geschichte. Bleiben wir beim Grillen! Mit Steaks und allen anderen Rindfleischsorten, aber auch mit Lamm korrespondiert am besten ein Zwickl, eine naturtrübe Bierspezialität. Bei hellem Fleisch wie Geflügel oder Fisch habe ich die besten Erfahrungen mit einem guten Weißbier gemacht, weil es sehr fruchtig schmeckt. Ein mild gehopftes Märzenbier passt aber wunderbar zu Kurzgebratenem, vor allem zu Schweinefleisch und zu allen Sorten von Grillwürsten.
Zu einer Grillparty gehört natürlich auch ein Aperitif. Warum nicht einmal Pils oder ein Weißbier servieren? Aufwändiger (aber köstlich) ist eine Weißbier-Fruchtbowle. Dafür werden Früchte mit Weißbier angesetzt und dann mit demselben Bier und Sekt im Verhältnis eins zu eins aufgegossen. Ihre Gäste werden begeistert sein!

„Grillen ist Männersache und Bier macht nicht dick!"



Mein Tipp an die Grillmeister: Falls die Dame des Hauses meint, Sie würden langsam einen „Schwimmreifen" ansetzen und sollten daher auf Ihr Glas Bier verzichten, dann erklären Sie ihr einfach: Bier macht – in Maßen genossen – nicht dick, denn Bier hat weniger Kalorien als die vergleichbare Menge Apfelsaft oder Limonaden und auch weniger als Wein. Aber fangen Sie bloß jetzt keine Diskussion an, sondern genießen Sie einfach Ihre Grillparty! Für mehr Sport oder weniger Schokolade ist immer noch morgen Zeit ...



Wetterfest beim Gartenfest

Schönheit muß nicht länger leiden. Jedenfalls gilt dies für Gartenmöbel, wo innovative Technologien neue Dimensionen der Ästhetik, des Komforts und der Dauerhaftigkeit ermöglichen.

Text: Michael Schubert **Fotos:** Blaha / Dedon

Neue Fasern braucht das Land



Bis vor einigen Jahren hatte der Freiluft-Bewohner die Wahl: Schöne Möbel oder wetterfeste. Und nicht einmal das stimmt so. Denn die unsagbaren, meist weißen Sitz- und Liegegelegenheiten aus Plastik verspröden in der Regel nicht nur optisch sehr bald, sondern haben auch physikalisch schon nach wenigen Saisonen ausgedient. Die hochpreisigen Klassiker der Outdoor-Einrichtung wiederum sind entweder Schönwettermöbel (wie die Kolonialrelikte „Loom" und „Rattan") oder aber erfordern meist einen nicht unbeträchtlichen Pflege- und Schutzaufwand.



Flecht-echt.
Inzwischen aber ist „Der Garten für intelligente Faule" (so ein höchst erfolgreicher Buchtitel) auch bei der Möblage des Grünraums Realität. Denn eine neue Generation von Kunststoff-Fasern in Verbindung mit hochwertigen Gestellkonstruktionen (bevorzugt aus Aluminium) erlaubt, sämtliche üblichen Stuhlprobleme wie UV-Licht, Dauerregen, Frost und Schnee, Sonnencremes und Longdrinks, sowie das Übergewicht des Be-Sitzers getrost zu vergessen.
„Hularo" heißt der Mercedes unter diesen neuen Fasern für hochwertige Geflechte, die Rattan alt aussehen lassen, aber auch Herkünfte wie „Rehau" und „Wintech" bürgen für Qualität in der „Golfklasse" der Gartenmöbel. Dahinter reihen sich eine Unzahl von Plagiaten fernöstlicher Provenienz, wobei diese auf den ersten und ungeübten Blick kaum von den Originalen zu unterscheiden sind. Nach einem Jahr im Freien aber sehr wohl. Hochwertige Geflechtmöbel haben jedoch ihren Preis, die Oberliga wie jene von „Dedon" (dem Hersteller der mehrfach patentierten Hularo-Faser) kostet gut das Doppelte eines Mittelklasse-Sessels und das Mehrfache von Billigofferten. Wobei Hularo aber mitunter auch schon günstiger zu finden ist, wenn man im Fachhandel gezielt danach fragt.
Handgeflochten sind übrigens alle Flechtmöbel, ob billig oder teuer, Rattan oder Kunstfaser. Denn anders lassen sich diese Materialien gar nicht verarbeiten. Nur gibt es bei dieser Arbeit – wie überall – Meisterstücke und Serienpfusch.

Guter Stoff. Ein weiterer Vertreter der neuen Super-Fasern ist Batyline – eine luftdurchlässige, widerstandsfähige und pflegeleichte Faser, die exklusiv von Ferrari (France) in der sogenannten Précontraint-Technik hergestellt wird. Dabei wird die Trägerfaser mit einer weiteren Kunsstoffschicht ummantelt, die daraus gewobenen Textilien unterscheiden sich von Herkömmlichem enorm: Hartnäckige Formbeständigkeit, hohe Belastbarkeit (4 T/qm), gleichmäßige Webung und Geschmeidigkeit machen Batyline zu einem idealen Stoff für Gartenmöbel, auf denen man ungestraft mit nasser Badehose Platz nehmen kann und die sogar bei jedem Wetter draußen bleiben können. Batyline trocknet schnell ab und ist resistent gegen Pilzbefall. Außerdem noch dauerhaft farbbeständig.

EINKAUFSTIPP



Dr. Georg Schönleitner vom Gartenmöbel-Spezialisten Blaha gibt Tipps für den Einkauf von Geflechtmöbeln:
„Prüfen Sie das Geflecht auf der Lehne und Sitzfläche mit der Hand und starkem Druck. Was hier nachgibt, wird in der Praxis noch um ein Vielfaches stärker nachgeben. Versuchen Sie das Geflecht auseinanderzuziehen oder einzelne Fasern zu lockern. Bei einem wirklich guten Möbel darf Ihnen das auch bei einiger Anstrengung nicht gelingen. Und achten Sie auf die Dicke der Fasern. Dünne Fasern können im Laufe des Gebrauchs leichter nachgeben und sind auch weniger resistent gegen UV Bestrahlung!"

HAUPTSACHE FLEISCH.

2% Fett.



100% Genuss.

Ein mageres Steak enthält durchschnittlich nur 1,9% Fett und 107 kcal (456 kJ) pro 100 g*

* Quelle: B. u. H. Heseker, Nährstoffe in Lebensmitteln

www.ama.at

AGRARMARKT AUSTRIA